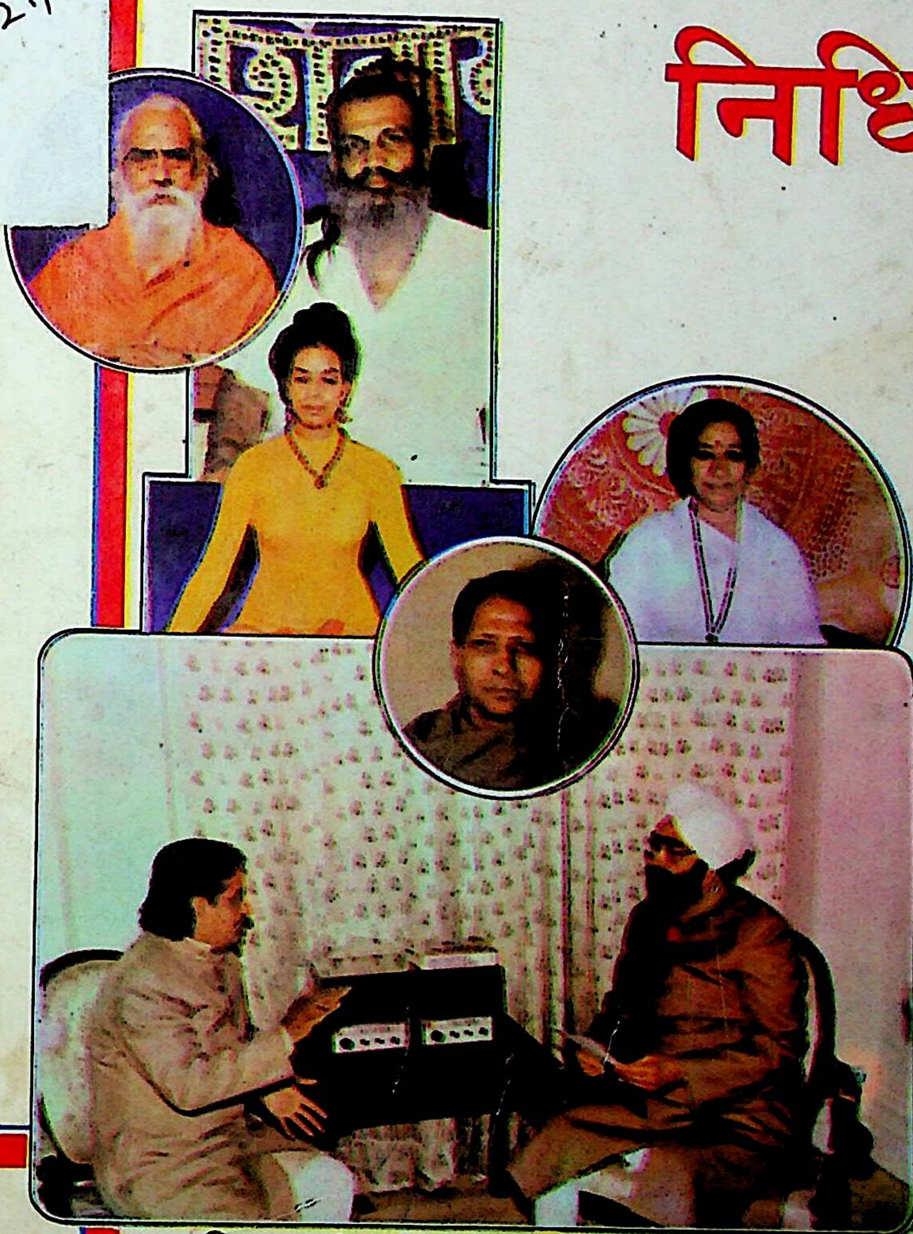
0

2'1

योग निधि



* विश्व योग सम्मेलन नई दिल्ली *

29 व 30 दिसम्बर, 1986 एशियाड ग्राम

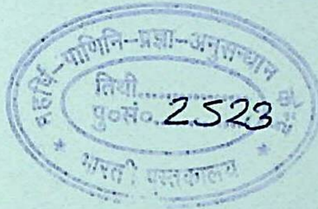
लेखिका सम्पादिका

डा. कान्ता गुप्ता



योग-निधि

YOGA NIDHI



लेखिका संपादिका

डा० कान्ता गुप्ता,

M.A.LL.B.Ph.D.

मूल्यः 100-00 रुपये

प्रकाशक :

योग मन्दिर प्रकाशन

२, पार्क एवेन्यू, महारानी बाग, नई दिल्ली-110065

समर्पण

सदियों के बाद भारत की राजधानी इन्द्रप्रस्थ में कलियुग की काली घटाओं के बीच सतयुग का दिव्य साक्षात्कार २६, ३० दिसम्बर, १६८६ को देखने को मिला।

संसार के श्रेष्ठ योगी प्रातःकाल यज्ञवेदी पर बैठकर वेदमंत्रों का उच्चारण कर प्राणी मात्र के कल्याण की कामना कर रहे थे मानो स्वर्ग से देवता पृथ्वी पर उतर आए हों।

भारत के राष्ट्रपति महामहिम ज्ञानी जैलसिंह जी से लेकर संसार भर से आए हुए महान सच्चे योगियों ने जिस असाधारण व्यक्तित्व की एक स्वर में प्रशंसा करते हुए योग के पवित्र कार्य को आगे बढ़ाने का दायित्व सौंपा—वह "दिव्य व्यक्ति" हैं---- आचार्य भगवानदेव जी।

कर्मयोगी आचार्य भगवानदेव एक व्यक्ति नहीं----संस्था हैं। प्रथम विश्व योग सम्मेलन का सफल आयोजन आचार्य जी के जीवन की अनेक उपलब्धियों में से एक महत्वपूर्ण सिद्धि है।

राजा जनक की बातें लोगों से सुनी और किताबों में पढ़ी थी कि,----

जनु जोग वंत, जनु राज वंत।
उनको उदोत, केहि भांति होत।

अर्थात् जो राजा भी है और योगी भी उसका अभ्युदय या उत्कर्ष कैसे हो सकता है? राजा और योगी दो परस्पर विरोधी तट हैं—ऐसे तट जो कभी नहीं मिल सकते। एक ही व्यक्ति में राजयोग और अध्यात्मयोग कैसे सम्भव है? अगर कोई यत्न भी करता है तो उसका व्यक्तित्व अवश्य बिखर जाता है। परन्तु आचार्य जी के संपर्क में आने पर यह रहस्य स्वतः प्रकट हो जाता है—जो एक सच्चे राजनेता के रूप में एवं सच्चे योगी के रूप में आधुनिक भौतिकवाद की चकाचौंध में चकनाचूर मानव को योग के महान पवित्र मार्ग पर ले जाने का सफलतापूर्वक प्रयास कर रहे हैं।

"योग निधि", जिसको हम योग का विश्वकोष (encyc- pedia) कह सकते हैं---की रचना आचार्य जी की ही महान प्रेरणा, मार्गदर्शन और सहयोग से साकार रूपधारण कर सकी। हम श्रद्धापूर्वक यह ग्रंथ----

"योग चूड़ामणि आचार्य भगवान देव जी"

की पवित्र सेवा में सादर समर्पित करते हैं।

कान

सिन्धु रतन

सिन्ध मेरी जन्मभूमि है,
उसकी मुक्ति मेरे जीवन का लक्ष्य है

कर्मयोगी

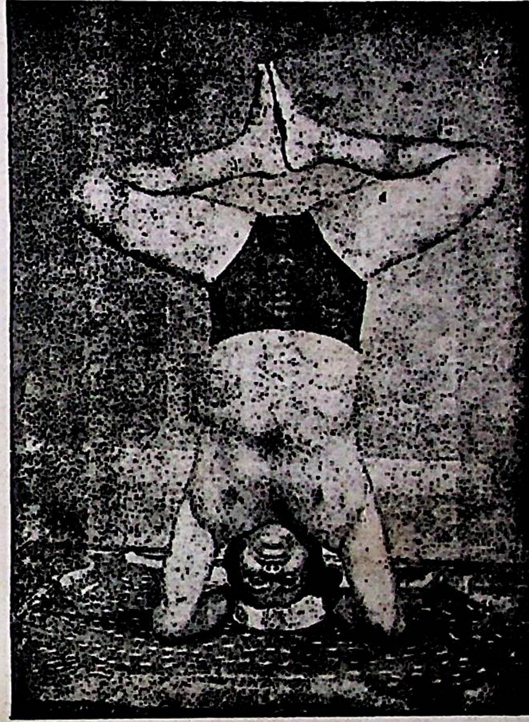
आचार्य

भगवान देव



महर्षि दयानन्द के रूप में आचार्य भगवान देव

प्रथम विश्व योग सम्मेलन के प्रणेता
आचार्य भगवानदेव जी योग साधना करते हुए





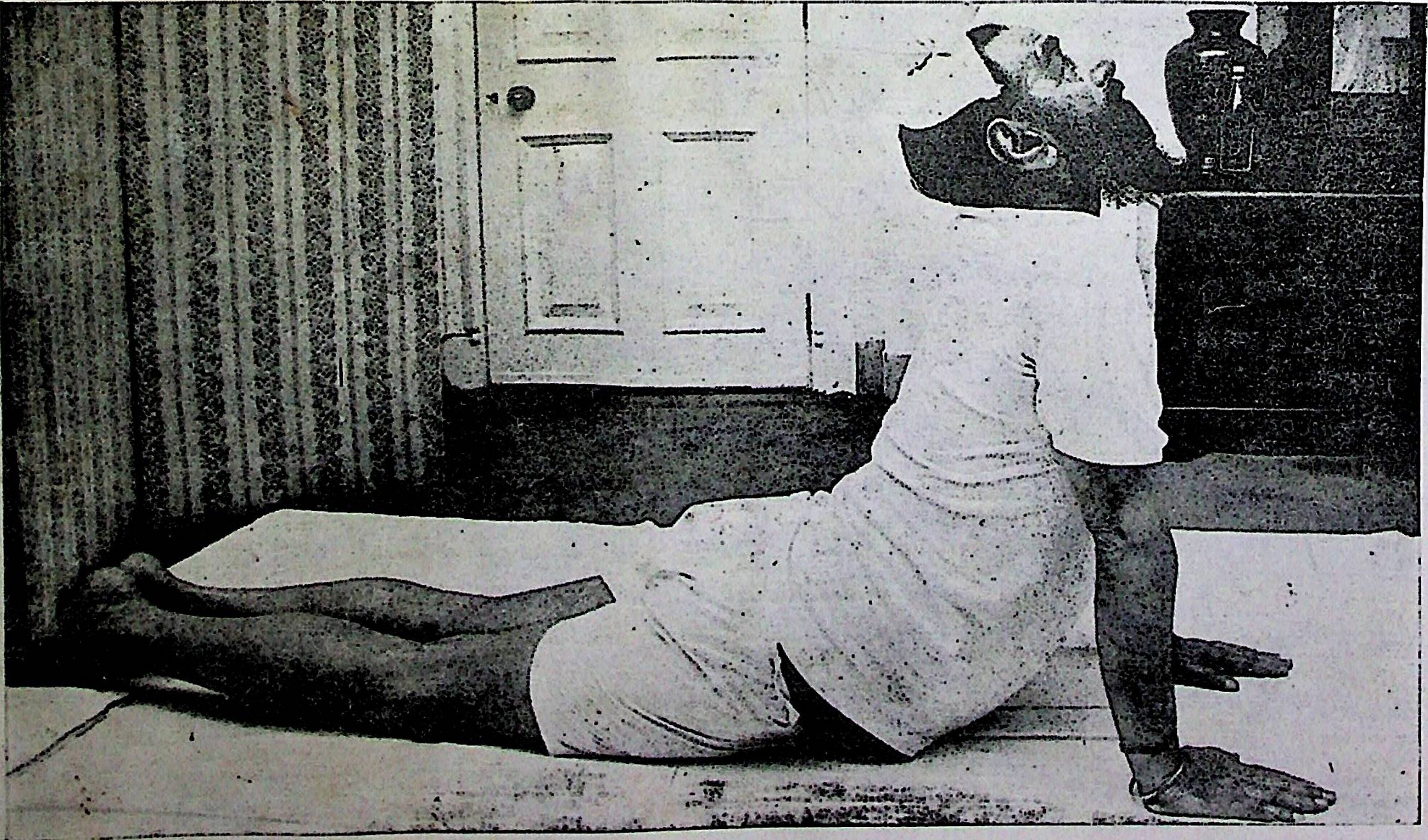
स्वस्थ जीवन

शीर्षासन करते ← हुए भारत के प्रधान मंत्री पंडित जवाहर लाल नेहरू



"अपने संदेश में उन्होंने कहा है कि "योग भारत का प्राचीन विज्ञान है। वह आज के युग में और अधिक उपयोगी है, क्योंकि आज साधारण व्यक्ति का मन भी तनाव से रहित नहीं है।"

इन्दिरा गान्धी
प्रधान मंत्री

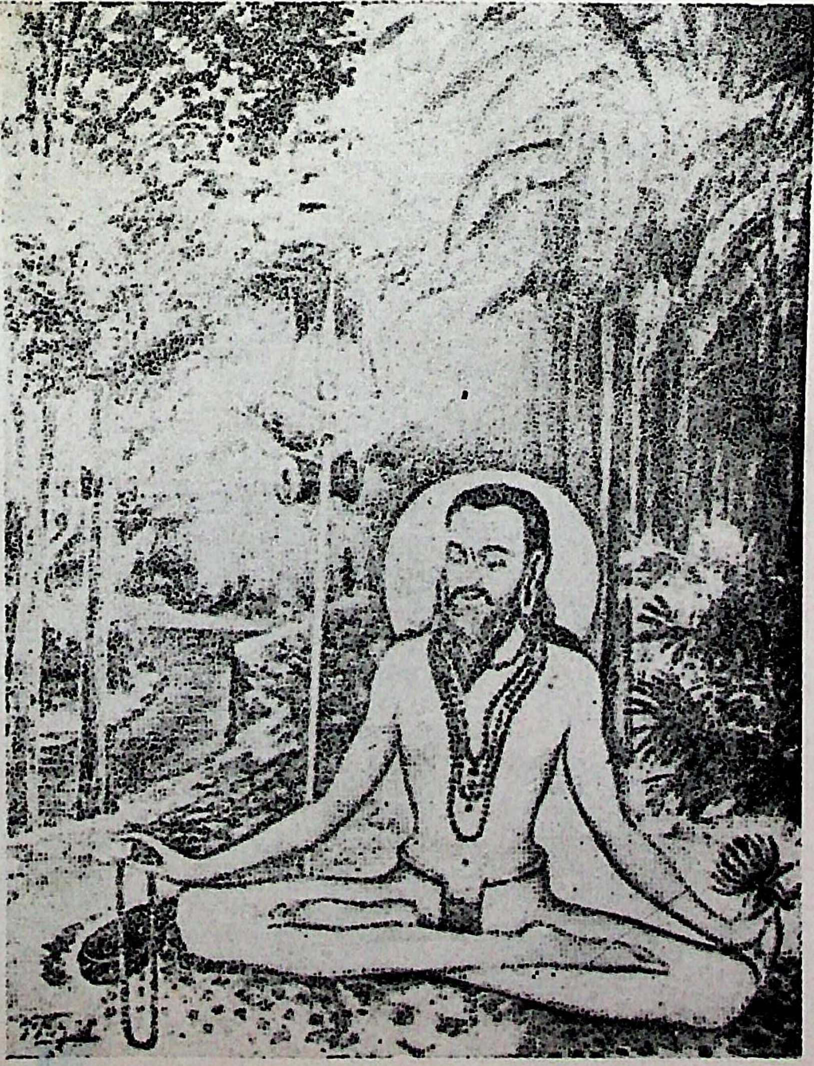


महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी भुजंगासन करते हुए

योगिराज गोपीचन्द



योगिराज भर्तृहरि

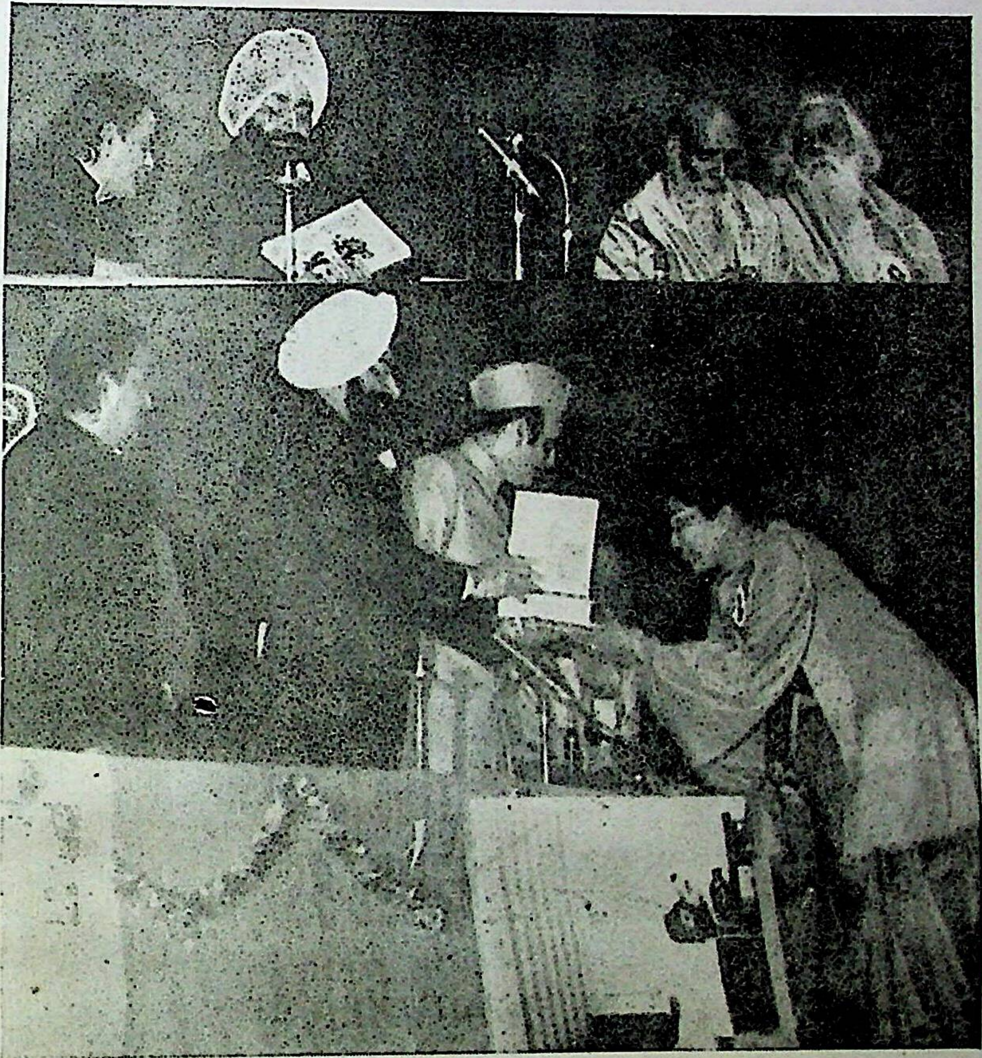


नाथसिद्ध चौरंगीनाथ



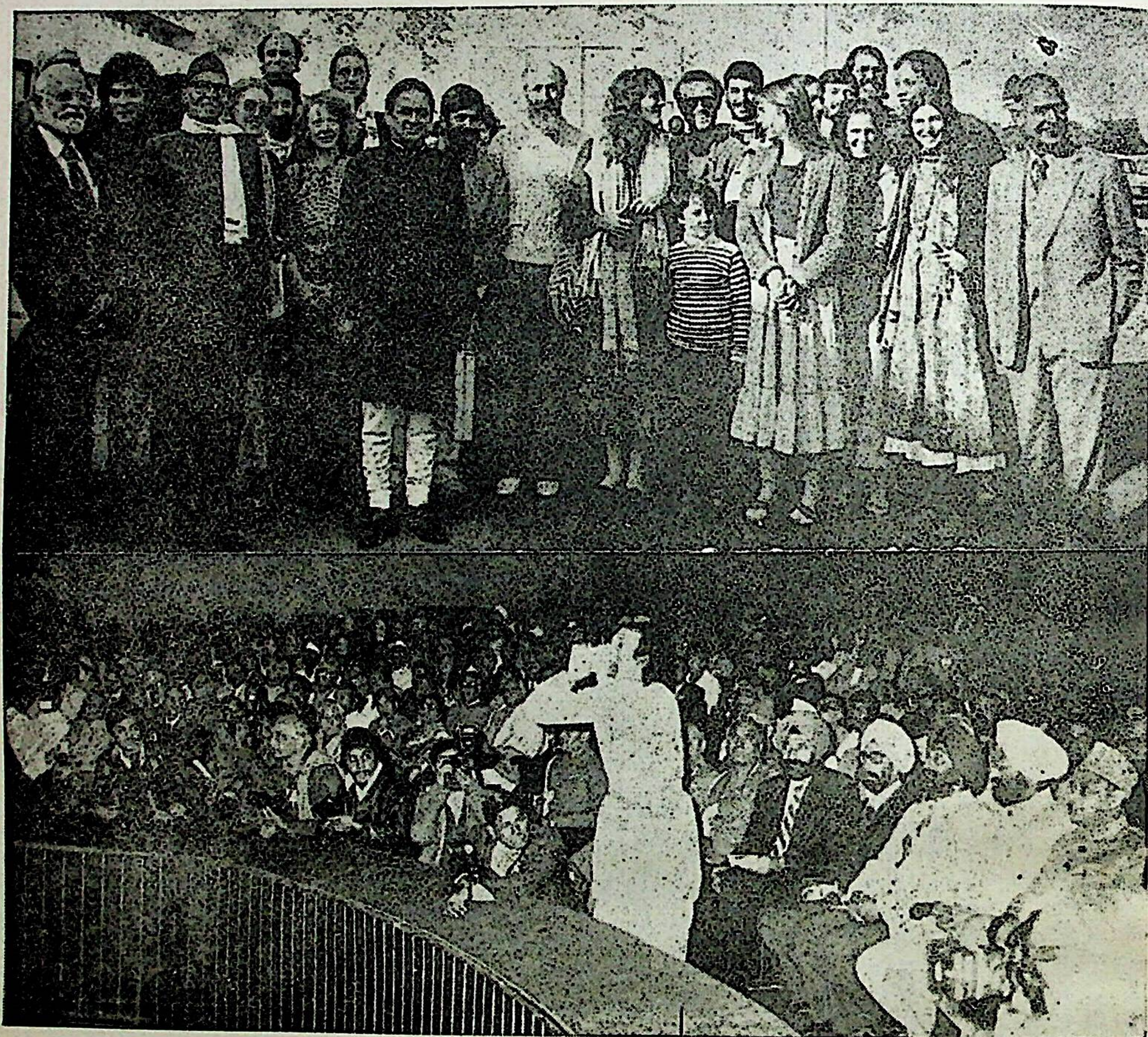
योगिराज बाबा अजयपाल

योगीराज योगेन्द्रजी



विश्व योग सम्मेलन के अवसर पर "योग निधि" नामक योग सम्बन्धी ऐतिहासिक अमूल्य ग्रन्थ का अवलोकन करते हुए राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी ।

नीचे—"योग निधि" ग्रन्थ को तैयार करने वाली वैदिक विदुषी डॉ० कान्ता गुप्ता *M.A. Phd L L B* को "योग शिरोमणि" की उपाधि से सम्मानित करते हुए राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी ।



विश्व योग सम्मेलन में आए हुए विदशी प्रतिनिधियों का पालम हवाई अड्डे पर स्वागत करते हुए आचार्य भगवानदेव जी।
नीचे दिल्ली के विशाल खेल गांव में विश्व योग सम्मेलन के उद्घाटन अवसर पर विशाल जनसमूह के सामने
"शंख ध्वनि" करते हुए योगाचार्य शेषपाल जी।

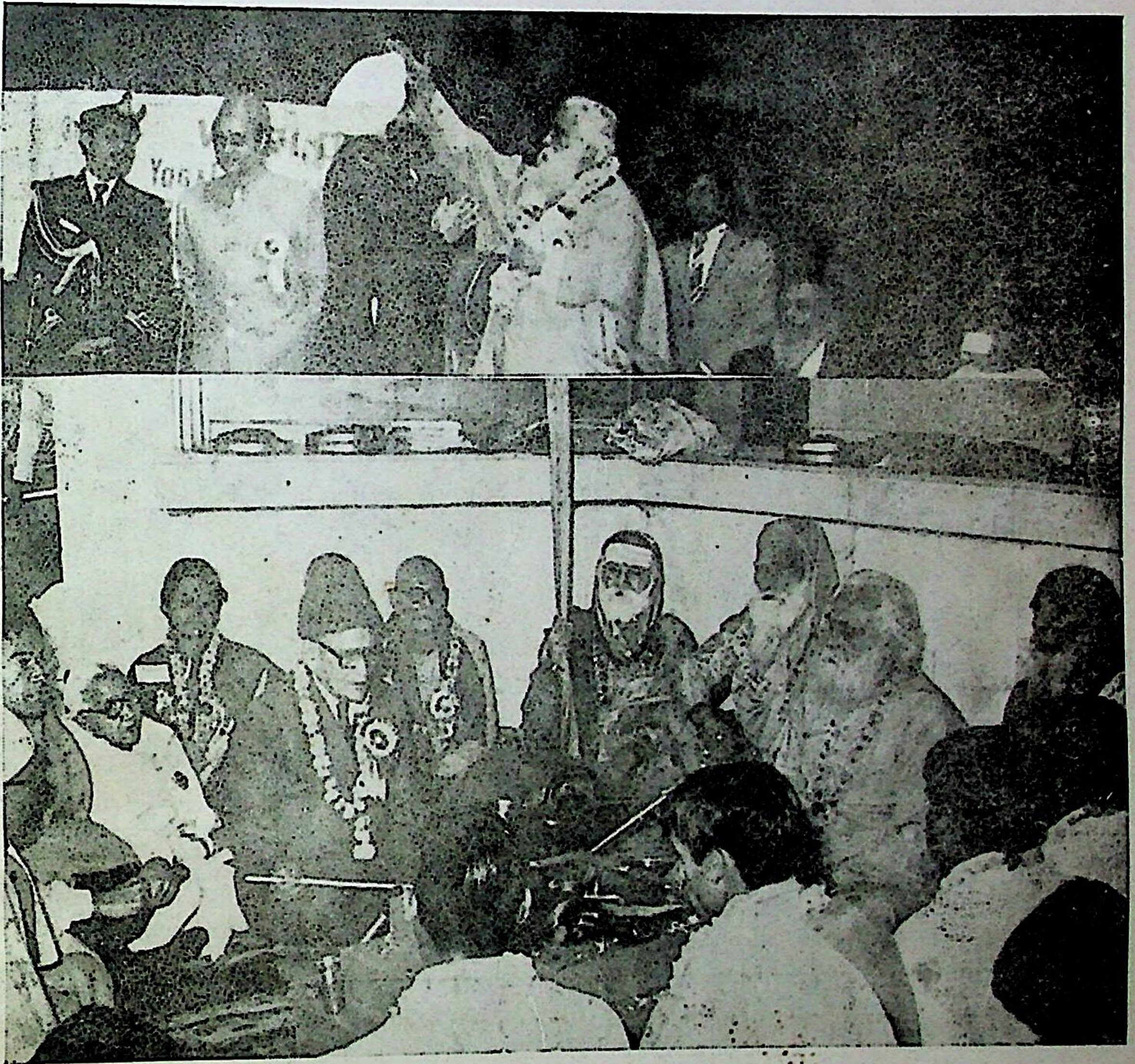


"विश्व योग सम्मेलन" के अवसर पर राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी का आचार्य भगवानदेव जी स्वागत करते हुए।

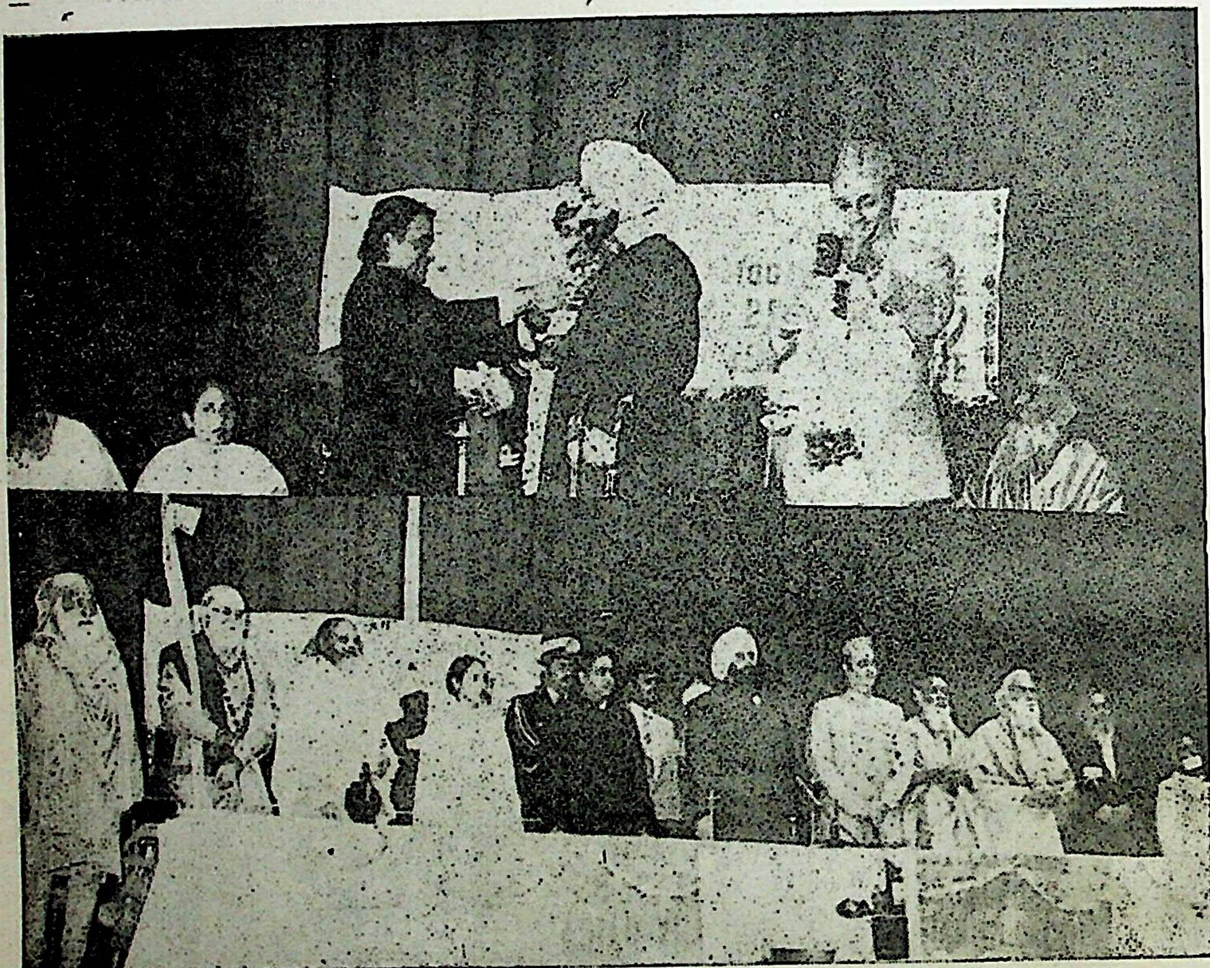
नीचे—प्रसिद्ध अन्तर्राष्ट्रीय "योगऋषि" स्वामी श्याम जी महाराज का दिल्ली एयरपोर्ट पर स्वागत करते हुए आचार्य भगवानदेव जी तथा डॉ० आर०सी० गुप्ता आदि भक्त गण।



प्रथम विश्व योग सम्मेलन में उपस्थित संसार भर के प्रतिनिधि गण।

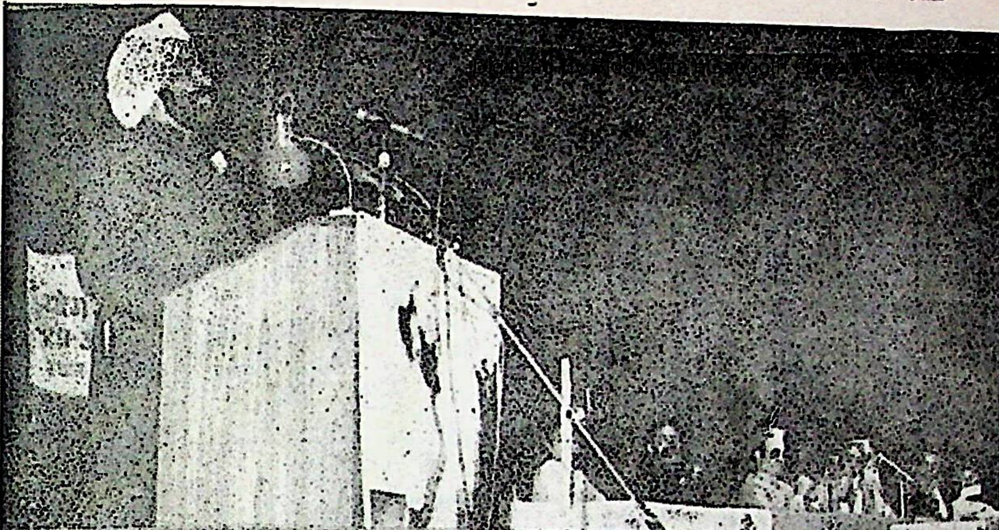


विश्व योग सम्मेलन पूर्ण वैदिक विधि से यज्ञ द्वारा शुरू किया गया । यज्ञ के ब्रह्मा—ब्रह्मऋषि दीक्षानन्द जी राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी को आशीर्वाद देते हुए नीचे यज्ञ के यजमान प्रसिद्ध आर्य नेता श्री सोमनाथ मरवहा एडवोकेट, माता चन्द्रवतीजी, स्वामी देवमूर्तिजी, स्वामी दत्तयोगेश्वरतीर्थजी, स्वामी ऋतजानन्दजी, स्वामी श्यामजी महाराज, महायोगिनी राजलक्ष्मीदेवी जी आदि योग प्रेमी ।



प्रथम विश्व योग सम्मेलन के अवसर पर अध्यक्ष आचार्य भगवानदेवजी तथा स्वागताध्यक्ष डॉ० कर्णसिंह जी महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी का स्वागत करते हुए।

नीचे—मंच पर उपस्थित, जैनमुनि नगराज जी, ब्रह्मऋषि दीक्षानन्द जी, योगऋषि स्वामी श्याम जी, स्वागताध्यक्ष डॉ० कर्णसिंह जी, महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी, अध्यक्ष आचार्य भगवानदेव जी, डॉ० योगीराज चन्द्रमोहन जी, योगी दत्तयोगेश्वरतीर्थ जी, स्वामी देवमूर्ति जी।



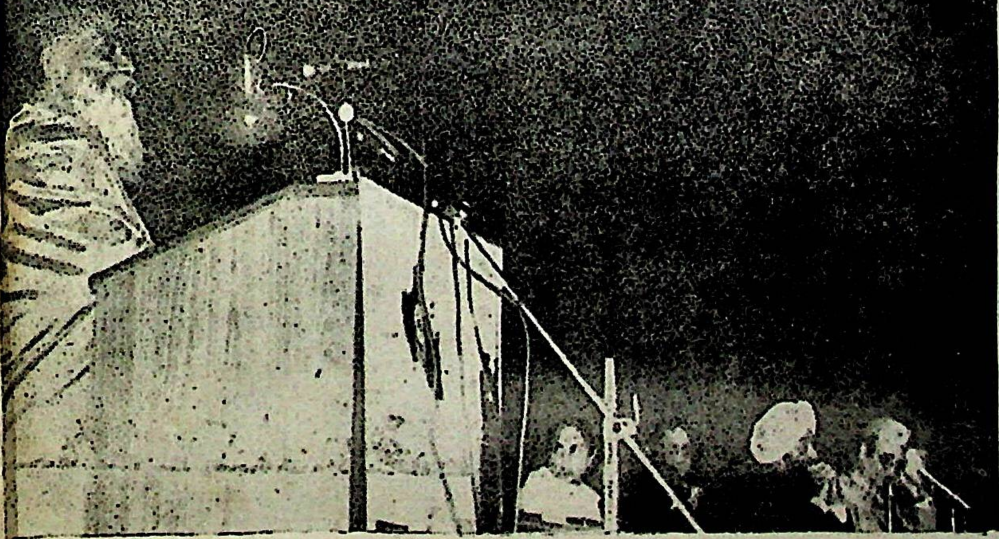
१) विश्व योग सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए राष्ट्रपति **ज्ञानी जलसिंह जी**



२) अध्यक्ष **आचार्य भगवानदेव जी**

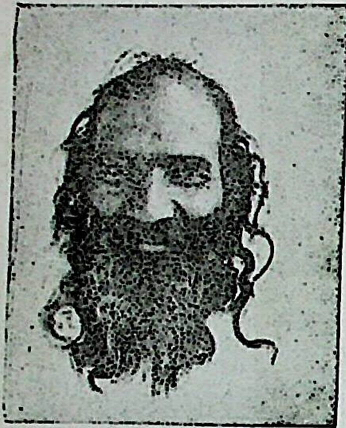


३) स्वागताध्यक्ष **डॉ० कर्णसिंह जी**

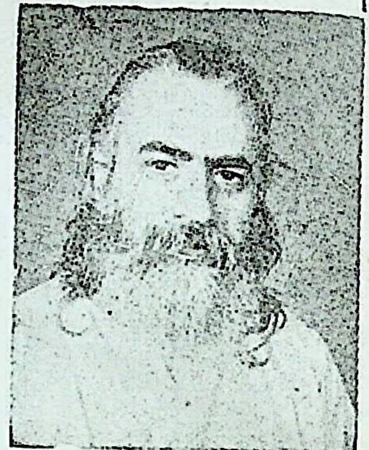


४) आभार विधि करते हुए **स्वामी श्याम जी महाराज**

विश्व योग सम्मेलन में विभिन्न सम्मेलनों के अध्यक्ष



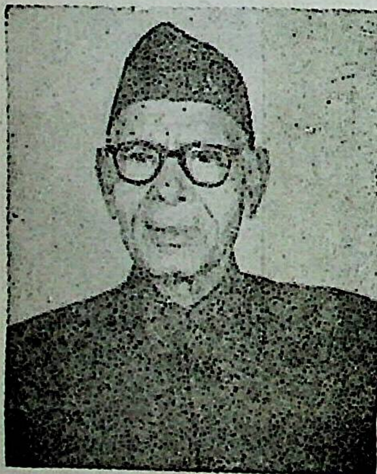
योग ऋषि
स्वामी श्याम
अध्यक्ष
विश्व शान्ति सम्मेलन



ब्रह्म ऋषि
दीक्षानन्द जी
अध्यक्ष
विभिन्न सम्प्रदाय



योग शिरोमणि
इन्दु जी
अध्यक्ष
महिला सम्मेलन



योग शिरोमणि
डॉ आर० सी० गुप्ता
अध्यक्ष
योग विश्वविद्यालय



योगीराज
डॉ बी० रंगाप्पा
अध्यक्ष
चिकित्सा पद्धति

अनुभव

आलोक्य सर्वशास्त्राणि विचार्य च पुनः पुनः ।
इदमेकं सुनिष्पन्नं योगशास्त्रं परं मतम् ।।

अभ्यासेन स्थिरं चित्तमभ्यासेनानिलच्युतिः ।
अभ्यासेन परानदी ह्यभ्यासेनात्मदर्शनम् ।।

अभियोगात्सदाभ्यासात्तत्रैव च विनिश्चयात् ।
पुनः पुनरनिर्वेदात्सिद्धयेद्योगो न चान्यथा ।।

नित्याभ्यसनशीलस्य स्वसंवेद्यं हि तद् भवेत् ।
तत्सूक्ष्मत्वादनिर्देश्यं परं ब्रह्म सनातनम् ।।

भावार्थ—

सर्व शास्त्रों को देखकर, पुनः पुनः उनका एकान्त में विचार करके, यह एक बात अच्छी प्रकार से सिद्ध हुई है कि योगशास्त्र श्रेष्ठ है, ऐसा समझ में आया ।

अभ्यास द्वारा चित्त स्थिर बनता है, अभ्यास द्वारा प्राण गति रहित होता है । अभ्यास द्वारा ब्रह्मानन्द की प्राप्ति होती है, और अभ्यास द्वारा आत्मा का दर्शन होता है ।

सर्वदा योग में मन लगाए रखने से, सर्वदा योगाभ्यास करने से, उसमें भी विशेष निश्चय करने से, और पुनः पुनः योगाभ्यास करने से तंग न होने से योग सिद्ध होता है । अन्यथा वह सिद्ध नहीं होता ।

नित्य अभ्यास करने के स्वभाव वाले को वह, "ब्रह्म" स्वसंवेद्य (स्वयं को स्वयं के अनुभव में दिखाई दे ऐसा) होता है । वह सनातन "परब्रह्म" सूक्ष्म रूप से, वाणी से न कहा जाए—ऐसा है ।

आचार्य भगवानदेव

वेदों में योगविद्या

योगिराज दिव्यानन्दजी

(पातंजल योगधाम, ज्वालापुर, हरिद्वार 30)

वैदिक वाङ्मय का महत्त्व

वेद भारतीय संस्कृति एवं ज्ञानविज्ञान के मूलस्रोत हैं। भारतीय सभ्यता और संस्कृति के इतिहास में वेदों का स्थान अत्यन्त गौरवपूर्ण है। प्राक्तन काल से भारतीय समाज का वैयक्तिक जीवन, सामाजिक व्यवस्था तथा राष्ट्रीय संगठन श्रुतिभगवती की दृढ़ आधारशिला पर अवलम्वित रहा है, अतः भारतीय सभ्यता-संस्कृति के सम्पूर्ण पक्षों के परिज्ञान के लिए वेदों का अध्ययन-अध्यापन एवं चिन्तन-मनन नितान्त आवश्यक है। वेदों का शाश्वत निर्भ्रान्त ज्ञान मानवमात्र की श्रद्धेय सरणी पर आरोहण का सुगम सोपान है; क्योंकि अमैथुनी सृष्टि में उत्पन्न मोक्ष से पुनरावर्तित तपःपूत ऋषियों को समाधि की उच्चस्तरीय स्थितियों में वेदों का ज्ञान अवतरित हुआ है।[1]

वेद ही आर्यों का सर्वस्व है, स्वतःप्रमाण है तथा सूर्य के समान अपना प्रकाश करता हुआ समस्त अन्य पदार्थों का प्रकाश करनेवाला है। यह सत्यविद्याओं का निधान है तथा उसी के आधार पर अन्य समस्त विद्याओं का विकास हुआ है।[2] यह विश्वास अनादिकाल से चला आ रहा है। वेद को मूल प्रमाण मानकर मनुष्य-जाति के लिए आचार विचार एवं धर्म-कर्म की व्यवस्था स्मृतियों, दर्शनों तथा उपनिषदों आदि में प्रतिपादित की गई है। वेद का विरोध सह्य नहीं माना गया। परमात्म-सत्ता का निषेध करनेवाले की तो बात ही क्या, अपौरुषेय वेद का विरोध करने वाले को भी नास्तिक माना गया है।[3] वेद की साक्षी के विरुद्ध स्मृति, पुराण आदि ग्रन्थों में वर्णित सिद्धान्त या वाक्यों को अप्रामाणिक जानकर अग्राह्य माना जाता है। इस कारण जीवन के साथ वैदिक स्वाध्याय का घनिष्ठ सम्बन्ध प्रदर्शित करते हुए मनुस्मृति में व्यवस्था दी गयी है कि जो "द्विज वेद का अध्ययन न कर अन्य शास्त्रों में श्रम करता है, वह बन्धु-बान्धवों सहित शूद्र-[जो पढ़ाने से भी न पढ़ सके] कोटि में चला जाता है।"[4] इसलिए आज भी प्रबुद्ध विद्वानों एवं आर्यों में वेद के प्रति अगाध श्रद्धा देखी जाती है; क्योंकि सभी शास्त्रों में वेद ही एक ऐसा शास्त्र है जो मनुष्यमात्र के अभ्युदय तथा निःश्रेयस के लिए अद्वितीय सामग्री उपस्थित करता है।

स्मृतियों, पुराणों तथा वेदेतर साहित्य में वेद की पर्याप्त प्रशंसा उपलब्ध होती है। मनु के अनुसार "वेद पितृगण, देवता तथा मनुष्यों का सनातन चक्षु है।"[5] लौकिक वस्तुओं के साक्षात्कार के लिए जिस प्रकार नेत्र की उपयोगिता

---

1. तेभ्यस्तप्तेभ्यस्त्रयो वेदा अजायन्ताग्नेः ऋग्वेदो वायोर्यजुर्वेदः सूर्यात्सामवेदः ॥—श० ब्रा०, 11-5-2-3
2. न वेदशास्त्रादन्यत्तु किंचिच्छास्त्रं हि विद्यते।
   निस्सृतं सर्वशास्त्रं तु वेदशास्त्रात्सनातनात् ॥—याज्ञ० स्मृ०
3. नास्तिको वेदनिन्दकः ।—मनु० 1-11
4. योऽनधीत्य द्विजो वेदमन्यत्र कुरुते श्रमम्।
   स जीवन्नेव शूद्रत्वमाशु गच्छति सान्वयः ॥—मनु० 2-168
5. पितृदेवमनुष्याणां वेदश्चक्षुः सनातनम्।
   अशक्यं चाप्रमेयं च वेदशास्त्रमिति स्थितिः ॥—मनु 12-94

है। उसी प्रकार अलौकिक तत्त्वों के रहस्य को जानने के लिए वेद की उपयोगिता है। इष्ट-प्राप्ति तथा अनिष्ट-परिहार के अलौकिक उपाय को बतलानेवाला ग्रन्थ वेद ही है। वेद का वेदत्व इसी में है कि "वह प्रत्यक्ष या अनुमान के द्वारा दुर्बोध तथा अज्ञेय उपाय का ज्ञान स्वयं कराता है।"[1] वेद की आध्यात्मिक क्षेत्र में इतनी प्रतिष्ठा है कि अनेक प्रबल तर्कों के सहारे विपक्षियों की युक्तियों को निरस्त कर देनेवाले तर्ककुशल आचार्यों के सामने यदि कोई वेद-विरुद्ध प्रसंग दृष्टिगोचर होता है तो विपक्षी भी हतप्रभ हो जाता है। इस प्रकार वेदों का माहात्म्य प्राच्य तथा अर्वाच्य मनीषियों के ग्रथित ग्रन्थों में विशद रूप से प्रतिपादित है।

शतपथ ब्राह्मण में वेदाध्ययन का महत्त्व प्रदर्शित किया गया है कि—"धन से परिपूर्ण पृथ्वी के दान करने से जितना फल होता है, वेदों के अध्ययन से उससे भी बढ़कर अविनाशी अक्षयलोक को मनुष्य प्राप्त करता है।"[2]

संहिताओं के प्रमुख प्रतिपाद्य विषय

संहिताओं में वर्णित विषयों के सम्बन्ध में विविध दृष्टिकोण मिलते हैं, यहाँ संक्षेप में उनका विवेचन करेंगे।

निरुक्त-वचन तथा सायणाचार्य

"अर्थवाचः पुष्पफलमाह याज्ञदेवते पुष्पफले देवताध्यात्मे वा"—निरुक्त के इस वचन का विश्लेषण करते हुए सायणाचार्य कहते हैं—पूर्व-काण्डोक्त धर्म का ज्ञान वाणी का पुष्प है और उत्तरकाण्डोक्त ब्रह्म का ज्ञान फल है। जैसे लोक में पुष्प फल का उत्पादक होता है उसी प्रकार वेद के उपदेश आदि से जो धर्म का ज्ञान होता है वह अनुष्ठान द्वारा ब्रह्मज्ञानरूपी फल की इच्छा उत्पन्न करता है·· और जैसे फल तृप्ति का हेतु होता है वैसे ही यह भी कृत-कृत्यता का हेतु होता है।[3] इसी प्रकार वेद के अनुबन्धचतुष्टय का विचार करते हुए सायण ने कहा है—'वेदे पूर्वोत्तर-काण्डयोः क्रमेण धर्मब्रह्मणी विषयः'[4] अर्थात् वेद में पूर्वकाण्ड और उत्तरकाण्ड के विषय क्रम से धर्म तथा ब्रह्म हैं। सायण ने अपने कथन की पुष्टि के लिए शाबरभाष्य यथा शांकरभाष्य का सन्दर्भ प्रस्तुत किया है।[5] सायण के मत में वेद और वेदांग सभी अपराविद्या के अन्तर्गत हैं और उपनिषद् पराविद्या हैं। इस प्रकार वैदिक संहिता आदि का प्रतिपाद्य विषय धर्म है और उपनिषदों का ब्रह्म। किञ्च धर्म का अर्थ है—अनुष्ठान के अनन्तर होने वाला अदृष्ट। अनुष्ठान का अभिप्राय है—यज्ञ आदि करना। इस प्रकार वेद का प्रतिपाद्य विषय यज्ञ आदि का विधान है और वेदार्थ-ज्ञान यज्ञानुष्ठान के लिए आवश्यक है।

सायणाचार्य एवं उवट, महीधर आदि ने वेदमन्त्रों को यज्ञानुष्ठान के लिए विभिन्न विनियोगों में नियुक्त किया है। कहीं-कहीं विनियोग अत्यन्त अनर्गल, अश्लील तथा अवैज्ञानिक हैं। सायण की मान्यतानुसार वेदों के प्रतिपादित विषय नितान्त सामान्य, व्यर्थ तथा असंगत प्रतीत होते हैं। जर्मन-विद्वान् मैक्समूलर ने वेदों में एक दूसरे ही प्रकार के देवता-वाद का प्रतिपादन किया है। उनके विचार में वेदों में तेतीस देवताओं की उपासना कही गई है। एक स्थल पर तो वेदमन्त्र में 3339 देवता गिनाये गए हैं, फिर भी वे इसे बहुदेवतावाद की संज्ञा नहीं देते, क्योंकि वेदों का बहुदेवता-वाद ग्रीक व रोमनों के बहुदेवतावाद से मेल नहीं खाता। ग्रीक व रोम में बहुदेवतावाद का अर्थ है एक परमदेव के शासन

---

1. प्रत्यक्षेणानुमित्या वा यस्तूपायो न बुध्यते।
   एतं विदन्ति वेदेन तस्माद् वेदस्य वेदता ॥—अज्ञात
2. यावन्तं ह वै इमा पृथिवीं वित्तेन पूर्णाददल्लोकं जयति-त्रिभिस्तावन्तं जयति, भूयांसं च अक्षय्यं च य एवं विद्वान् अहरहः स्वाध्यायमधीते, तस्मात् स्वाध्यायोऽध्येतव्यः।—श० ब्रा० 11-5-6-1
3. पूर्वकाण्डोक्तस्य धर्मस्य ज्ञानं पुष्पम्। उत्तरकाण्डोक्तस्य ब्रह्मणो ज्ञानं फलम्। यथा लोके पुष्पं फलस्योत्पादकं तथा वेदानुवचनादिधर्मज्ञानमनुष्ठानद्वारा फलात्मक ब्रह्मज्ञानेच्छां जनयति।···यथा च फलं तृप्तिहेतुस्तथा ब्रह्मज्ञानं कृत-कृत्यत्वहेतुः।—ऋग्वेदभाष्यभूमिका, सायणाचार्य, पृ० 108-109
4. वही, पृ० 113-114
5. वही

में अनेक छोटे-बड़े देवताओं का होना। उनके विचार में वैदिक देवतावाद इससे सर्वथा भिन्न है, क्योंकि वैदिक ऋषि प्रत्येक देवता को परमदेव मानकर पूजते थे, वह चाहे कितना भी छोटा क्यों न हो। इस वैदिक देवतावाद को मैक्समूलर ने नया नाम दिया—'केनोथिइज्म' अर्थात् एक देवता के बाद दूसरे की उपासना अथवा 'हीनोथिइज्म' अर्थात् पृथक् पृथक् देवताओं की पूजा।[1]

वेदों के वर्ण्य विषयों की दृष्टि से महर्षि दयानन्द का दृष्टिकोण व्यापक है। उन्होंने सायण के मत का निराकरण करते हुए लिखा है कि, "सायणाचार्य ने वेदों के श्रेष्ठ अर्थ को न जानकर कहा है कि सब वेद क्रियाकाण्ड का ही प्रतिपादन करते हैं, यह उनकी बात मिथ्या है।"[2] दयानन्द के अनुसार वेद के अवयवरूप विषय तो अनेक हैं परन्तु उनसे से चार मुख्य हैं—विज्ञान, कर्म, उपासना और ज्ञान।

1. विज्ञान—विज्ञान से तात्पर्य ज्ञान की उस प्रणाली से है जिसमें ज्ञान, कर्म, उपासना इन तीनों के समुचित उपयोग से परमेश्वर से लेकर समस्त पदार्थों का बोध होता हो तथा मानव-जाति के अभ्युदय तथा निःश्रेयस को प्राप्ति में उनका यथावत् उपयोग होता हो। इस प्रकार विज्ञान वेदों का मुख्य विषय है। महर्षि दयानन्द विज्ञान के भी दो भेद मानते हैं—

(अ) ईश्वर का यथावत् ज्ञान एवं उसकी आज्ञाओं का पालन।

(आ) पदार्थविद्या का ज्ञान अर्थात् पदार्थों के गुणों व उपयोगों को जानना।

इन दोनों में महर्षि दयानन्द ईश्वर-विषय को ही वेदों का मुख्य प्रतिपाद्य विषय बताते हैं।[3]

2. कर्म—जीवन में परमार्थ तथा लोक-व्यवहार की सिद्धि करने वाला कर्मकाण्ड बताया गया है। स्वामीजी का कर्मकाण्ड से तात्पर्य केवल यज्ञयोग से नहीं है, वरन् वे उसमें जीवन की समस्त क्रियाओं का समावेश कर लेते हैं जिनसे सबका उपकार होता है।[4]

3 उपासना—इसमें परमेश्वर की प्राप्ति के लिए स्तुति, प्रार्थना एवं उपासना के समस्त यौगिक साधनों का समावेश है।

4. ज्ञान—ज्ञान का अर्थ है पृथिवी और तृण से लेकर प्रकृति-पर्यन्त पदार्थों के गुणों से ठीक-ठीक कार्य सिद्ध करना। इसे हम भौतिक विज्ञान के अर्थ में ले सकते हैं। वेद की भाषा में विज्ञान ईश्वर, आत्मा आदि के ज्ञान को कहते हैं, जबकि ज्ञान प्राकृतिक विज्ञानों [निचुरल साइंसिज] के अर्थों में आता है।

महर्षि दयानन्द की दृष्टि में वेदों में केवल अपरा विद्या ही नहीं है अपितु परा विद्या भी है। जिसको पहले ज्ञान कहा है उसे दूसरे शब्दों में अपरा विद्या कहा गया है। अपरा का ही फल परा है। इस प्रकार सभी वेद केवल अपरा विद्या के अन्तर्गत नहीं आते, उनमें परा विद्या भी है। उसका ही वर्णन उपनिषद्, सांख्य, योग एवं वेदान्तादि शास्त्रों में विशदरूप से किया गया है।

---

1. It was necessary, therefor, for the purpose of accurate reasoning to have a name different from polytheism, to signify this worship of single gods, each occupying for the time a supreme position, and I proposed for it the name of Kenotheism, that is a worship of one God after another or of Henotheism, the worship of a single God.

—F. Max Muller, 'India what Can It Teach us ?' page 146-147, 1892

2. ऋ० भा० भू०, भाष्यकरण-शंका-समाधानादिविषयः, पृ० 251

3. ऋ० भा० भू०, वेदविषयविचार, पृ० 31-32

4. तत्र द्वितीयो विषयः कर्मकाण्डाख्यः सर्वक्रियामयोऽस्ति। —ऋ० भा० भू०, वेदविषय, पृ० 32

"व्यापनशील परमात्मा के अत्यन्त आनन्दरूप, प्राप्तव्य मोक्ष पद को योगी विद्वान् सदैव-सर्वत्र व्याप्त हुआ देखते हैं। जैसे कि स्वच्छ आकाश में दैदीप्यमान् सूर्य के प्रकाश में नेत्र की दृष्टि व्याप्त होती है, इसी प्रकार परब्रह्म पद भी स्वयंप्रकाशरूप सर्वत्र व्याप्त हो रहा है।"[1] उस पद की प्राप्ति से कोई अन्य प्राप्ति उत्तम नहीं है। इसलिए चारों वेद उसी की प्राप्ति कराने का प्रबल प्रतिपादन कर रहे हैं। व्यास मुनि ने भी वेद का समर्थन किया है कि "सब वेदवाक्यों में ब्रह्म का ही विशेष करके प्रतिपादन है। कहीं-कहीं साक्षात् रूप से और कहीं-कहीं परम्परा से।"[2] इसी कारण से वह परब्रह्म वेदों का परम अर्थ है और इससे पृथक् जो जगत् आदि अर्थ है वह गौण है। 'प्रधान और अप्रधान की प्रवृत्ति में प्रधान का ही ग्रहण होता है—'[3] इस शास्त्रीय नियमानुसार वेदों का मुख्य तात्पर्य परमेश्वर का प्रतिपादन और प्राप्ति कराने और करने में है।[4] गौण अर्थों को विषय से सम्बद्ध जानकर इस ग्रन्थ में केवल प्रधान विषय विज्ञान काण्ड को ही लिया है अर्थात् वेदमन्त्रों के अर्थ आधिभौतिक तथा आधिदैविक सम्भव होते हुए भी सम्बद्ध विषयानुसार आध्यात्मिक अर्थों को ही प्रकाशित किया है।

वेदों में ब्रह्मविद्या

वेदों में ऐसे मन्त्रों की कमी नहीं है जिनमें एक ऐसे परमतत्त्व का निरूपण किया गया है, जो सम्पूर्ण संसार का अनुपम पति और सब भुवनों का एक ही स्वामी है।[5] इसी परमतत्त्व का वर्णन परमपुरुष, सृष्टि का अध्यक्ष, देवों का देव ब्रह्म, अमृतधाम, मोक्ष का धारक आदि नामों से अनेक मन्त्रों में पाया जाता है।[6]

वैदिक संहिताओं में ब्रह्मविद्या का स्पष्ट प्रतिपादन होने पर भी कुछ भारतीय वैदिक विद्वान् तथा पश्चिमी वेदज्ञों की मान्यता है कि "वेदों में ब्रह्मविद्या नहीं है, ब्रह्मविद्या का विकास वेद के बाद वेदान्त और उपनिषदों से हुआ है।"[7]

परन्तु वेदों के परिशीलन से स्पष्ट प्रतीत होता है कि वेदों का मुख्य तात्पर्य ब्रह्म का ही प्रतिपादन करना है, जैसाकि वेदों के प्रतिपाद्य विषय के अन्तर्गत वर्णन कर चुके हैं। वेदों के मन्त्रों में मुख्यरूप से ब्रह्म का प्रतिपादन कहीं

---

1. तद् विष्णोः परमं पदं सदा पश्यन्ति सूरयः। दिवीव चक्षुराततम् ॥—ऋग्० 1-11-20; साम० 1672
2. तत्तु समन्वयात् ॥—वेदान्तदर्शन 1-1-4
3. प्रधानाप्रधानयोः प्रधाने कार्यसम्प्रत्ययः ॥—पा० व्या०, म० भा०
4. द्रष्टव्य—ऋ० भा० भू० (वेदविषय विचार)
5. पतिर्बभूथासमो जनानामेको विश्वस्य भुवनस्य राजा।—ऋग्० 6-36-4
6. सूत्रं सूत्रस्य यो विद्यात्स विद्यात् ब्राह्मणं महत्।—अथर्व० 10-8-37
   यत्र लोकांश्च कोशांश्चापो ब्रह्मजना विदुः।
   असच्च यत्र सच्चान्तः स्कम्भं तं ब्रूहि कतमः स्विदेव सः।—अथर्व० 10-7-10
   ब्रह्माणं ब्रह्मवाहसं गीर्भिः सखायमृग्मियम्। गां न दोहसे हुवे।—ऋग्० 6-45-7
   रुचं ब्राह्मं जनयन्तो देवा अग्रे तदब्रुवन्।
   यस्त्वैवं ब्राह्मणो विद्यात्तस्य देवा असन्वशे।—यजु० 31-21
   ओ३म् खं ब्रह्म।—यजु० 40-17
7. The conception of Brahman which has been the highest glory of the Vedanta Philosophy of later days had hardly emerged in the Rigveda from the association of the sacrificial mind.
   —S. N. Das Gupta, 'A History of Indian Philosophy', Vol. I, P. 20, Printed 1922

साक्षात् कहीं परम्परा से किया गया है । उपनिषद्, दर्शन आदि इसकी पुष्टि करते हैं अर्थात् सारे वेद उसी 'ओ३म्' पद को गाते हैं ।[1]

वेदों में ईश्वर किसी ऐसी शक्ति को नहीं स्वीकारा गया है जिसके कोई बराबर या अधिक शक्तिशाली हो । संहिताओं में ब्रह्म को सर्वशक्तिमान्, सर्वव्यापक, सच्चिदानन्दस्वरूप, अनन्त, निर्विकार, अनादि, अनुपम, सर्वाधार, सर्वज्ञ आदि विशेषणयुक्त माना है । वही सृष्टि का सृजन, धारण-पालन एवं प्रलय करता है । उसी नियन्ता की शक्ति से सूर्य एवं द्युतिमान नक्षत्र नियन्त्रितरूप में कार्य कर रहे हैं ।[2]

उस ब्रह्म की महिमा इतनी महान् है कि यह समस्त ब्रह्माण्ड उसके एक पाद अर्थात् अंशमात्र में वर्तमान है, शेष तीन अंश अमृतमय हैं । जहाँ संसार नहीं है परन्तु सर्वव्यापक होने से ब्रह्म की सत्ता सर्वत्र है । यहीं नहीं, ब्रह्म तो इन चारों पदों से भी अतिरिक्त है, उसकी कोई सीमा नहीं ।

वैदिक संहिता, ब्राह्मणग्रन्थ, उपनिषद् तथा षड्दर्शनों में उसी महान् ब्रह्म की उपासना के निर्देश, उपदेश दिये गये हैं । अथर्ववेद में कहा है कि "प्रकाशस्वरूप सूर्य जिसकी त्वचा है, जो अग्नि आदि देवताओं में ज्योतिस्वरूप पूजनीय देव है वही जगत् का पालक एवं स्वामी, एकमात्र नमस्कार तथा सेवन करने योग्य है ।

उक्त परिशीलन से निष्कर्ष निकलता है कि वेदों में लौकिक विद्याओं के साथ-साथ आध्यात्मिक ब्रह्मविद्या की प्रधानता है । इस रहस्यमयी एवं स्वयं वेद के शब्दों में 'निण्या'[3] [निर्णिधेया-नामरहिता अर्थात् रूढ़ि शब्दों से विरहित] वाणी की यह अद्भुत विशेषता थी कि इससे एक साथ आध्यात्मिक [आत्मतत्त्वपरक], आधियाज्ञिक [कर्मकाण्ड सम्बन्धी यज्ञ-यागपरक] तथा आधिभौतिक [प्रकृतिपरक] अर्थों की अभिव्यक्ति हो सकी ।[4] इस रूप में यह असाधारण वाणी अपने इन दोनों, आधियाज्ञिक तथा आधिभौतिक अर्थों के दुहरे आवरण में रहस्यभूत आध्यात्मिक ज्ञान अथवा सत्यधर्मरूप निधि को अनधिकारियों तथा अयोग्य व्यक्तियों से छिपाने में समर्थ हो सकी थी ।[5]

परन्तु इसमें भी कोई सन्देह नहीं है कि इन द्विविध आवरणों ने सत्य को सर्वथा ही छिपा दिया जिसके कारण गौण अर्थों को ही वेदों का प्रमुख प्रतिपाद्य मान लिया गया । आज बड़े दुर्भाग्य की बात है कि वेदमन्त्रों के आध्यात्मिक अभिप्राय से अथवा उनमें सुगुप्त दिव्यनिधि से हम बहुत दूर हो गए हैं । नैरुक्तों के प्रकृति-परक तथा याज्ञिकों के कर्म-काण्ड-परक अर्थों में ही आज के वेदाध्यायी वेदमन्त्रों की इतिश्री मान लेते हैं, उन्हें ही मन्त्रों का परम अर्थ समझ बैठते हैं, जबकि वास्तविकता यह है कि मन्त्रों के आध्यात्मिक अर्थों की ही प्राथमिक महत्ता है, क्योंकि जिसने उस अध्यात्मतत्त्व अथवा वेद के ही शब्दों में 'परमव्योम' को नहीं जाना, जिसमें सभी ऋचाएँ अनुप्रविष्ट एवं समाविष्ट हैं, उसे वेदों के अध्ययन से कुछ भी प्राप्त नहीं होगा ।[6] अपूर्व प्रेरणा से अभिव्यक्त यह शाश्वत दिव्य काव्य अथवा पावमानी दैवीवाक् वस्तुतत्त्व को सर्वथा सत्यरूप में बताती है, वर्णन करती है तथा वर्णन करती हुई निष्कर्ष के रूप में जहाँ पहुँचती है

---

1. सर्वे वेदा यत्पदमामनन्ति···तत्ते पदं संग्रहेण ब्रवीम्योमित्येतत् । —कठ० 1-2-15
2. ईश्वर के विशिष्ट गुण, कर्म तथा स्वरूप का विस्तृत विवेचन शोध-प्रबंध के तृतीयाध्याय में द्रष्टव्य है ।
3. द्रष्टव्य— एता विश्वा विदुषे तुभ्यं वेधो नीथान्यग्ने निण्या वचांसि । —ऋग्० 4-3-16
4. तुलना करो—निरुक्त 3-12; "यत्रा सुपर्णा अमृतस्य भागम् ।" —ऋग्० 1-164-21
   आदित्य इति अधिदेवतम् ।
   अथाध्यात्मम्···आत्मा ।
5. हिरण्मयेन पात्रेण सत्यस्य ।—यजु० 40-15
6. ऋचो अक्षरे परमे व्योमन् यस्मिन् देवा अधि विश्वे निषेदुः ।
   यस्तन्न वेद किमृचा करिष्यति य इत् तद् विदुस्त इमे समासते ।।

   —ऋग्० 1-164-39

उस तत्त्व को 'महद्ब्रह्म' कहा गया है।[1] इस महद्ब्रह्म तथा उपर्युक्त 'परमव्योम' में कोई अन्तर नहीं है। इसी बात को गीता में इस रूप में स्पष्ट किया गया है कि "सभी वेदों का अन्तिम प्रतिपाद्य अथवा वेद्य 'मैं' ही हूँ।"[2]

वेदों को प्राचीन भारतीय परम्परा ने एकमत से परतःप्रमाण एवं स्वतःप्रमाण उद्घोषित किया है, परन्तु वेदों की सर्वातिशायी महिमा को तभी समझा जा सकता है जब वेदों को अध्यात्म-दृष्टि से देखा जाए। अध्यात्म-दृष्टि को न अपनाया गया तो वेदों का अध्ययन-अध्यापन सर्वथा महत्त्वहीन प्रतीत होगा, जैसा कि आज सर्वत्र दृष्टिगोचर हो रहा है।[3]

ब्राह्मणग्रन्थों में वैदिक कर्मकाण्ड की आध्यात्मिक तथा लौकिक दोनों ही प्रकार से व्याख्या एवं व्यवस्था है। ब्राह्मणग्रन्थ, वेद [संहिता भाग] के व्याख्यानमात्र हैं। महर्षि दयानन्द इन्हें वेदों में स्वीकार नहीं करते, क्योंकि ब्राह्मण-ग्रन्थ ऋषियों द्वारा निर्मित हैं तथा वेद ईश्वरप्रदत्त ज्ञान है।[4] ब्राह्मणों में वेदमन्त्रों का प्रतीक रखकर उनकी व्याख्या की गई है। ब्राह्मणग्रन्थों में ऋषियों ने वैदिक मन्त्रों को एक नये प्रतीक से बताने की चेष्टा की है। यद्यपि यह वेद के अर्थों को खोलने का प्रयास है तथापि बाद के विद्वानों के लिए यह वेदों के रहस्यवाद से भी अधिक कठिन सिद्ध हुआ। इससे परवर्ती विद्वानों ने ब्राह्मणों में निर्दिष्ट यज्ञों की आध्यात्मिक व्याख्या तो दृष्टि से ओझल कर दी और नये प्रतीकों—बादल से ढके लौकिक अर्थों—को ले लिया। इससे ये ग्रन्थ केवल यज्ञ-याग सम्बन्धी ग्रन्थ समझे जाने लगे, जबकि हम देखते हैं कि इनमें दार्शनिक तथा आध्यात्मिक तत्त्व भी सन्निहित हैं।[5]

उपनिषदों में ऋषियों ने ज्ञान-काण्ड को पकड़ा। उन्होंने वेदों में प्राप्त होनेवाले आध्यात्मिक सिद्धान्तों के रहस्यों का समाधि तथा आध्यात्मिक अनुभूतियों द्वारा साक्षात्कार किया और वेद के प्रतीकों की आध्यात्मिक व्याख्या की। उपनिषद् के ऋषियों ने वैदिक ब्रह्मविद्या को बोधगम्य बनाने के लिए उपनिषदों की भाषा को सरल रखा है। उन्होंने भाषा की अपेक्षा ज्ञान पर अधिक बल दिया तथा वेद के परम तात्पर्य ब्रह्म को अपना सीधा लक्ष्य बनाकर उसकी प्राप्ति के लिए मार्ग प्रशस्त किया है।

ब्राह्मणग्रन्थ और उपनिषद् वैदिक संहिताओं के बाद में ऋषियों द्वारा बनाये गये ग्रन्थ हैं। ये वेद के भाग नहीं जैसा कि कुछ विद्वान् मानते हैं। महर्षि दयानन्द के मतानुसार उपनिषदें वेद का भाग नहीं,[6] परन्तु इसका यह अर्थ कदापि नहीं है कि महर्षि उन्हें प्रमाण न मानते हों। हाँ, वे ब्राह्मणों व उपनिषदों को ऋषियों के वचन होने से परतः-प्रमाण मानते हैं, वेद के समान स्वतःप्रमाण नहीं।[7].

क्या उपनिषदों में वेद का विरोध है ?

कुछ विद्वानों का विचार है कि उपनिषदों में वेद के विरुद्ध क्रान्ति की गई। वेद कर्मकाण्डप्रधान ग्रन्थ हैं तथा उपनिषदें ज्ञान-प्रधान हैं। इसके अतिरिक्त उनका यह भी कहना है कि उपनिषदें वेदों को अपराविद्या के ग्रन्थ बताती

---

1. अपूर्वेणेषिता वाचस्ता वदन्ति यथायथम्।
   वदन्तीर्यत्र गच्छन्ति तदाहुर्ब्राह्मणं महत्॥—अथर्व० 10-8-33
2. वेदैश्च सर्वैरहमेव वेद्यः।—गीता 15-15
3. द्रष्टव्य—वैदिक ऋषिः एक परिशीलन—डॉ० कपिलदेव शास्त्री
4. द्रष्टव्य—ऋ० भा० भू०, वेदसंज्ञाविचार
5. दया० द० डॉ० वेदप्रकाश गुप्त; पृ० 41।
6. मैं वेदों में एक ईशावास्य को छोड़कर अन्य उपनिषदों को वेदों में नहीं मानता।—दयानन्द, सत्यार्थप्रकाश, तृतीय समुल्लास।
7. वेद स्वतःप्रमाण हैं और ब्राह्मण परतःप्रमाण, किन्तु अन्य सब उपनिषद् ब्राह्मणग्रंथों में हैं, वे ईश्वरोक्त नहीं।
   —सत्यार्थप्रकाश, तृतीय समुल्लास

हैं तथा परा अर्थात् ब्रह्मविद्या का उनमें अभाव मानती हैं ।[1] इसके समाधान में यह ज्ञातव्य है कि उपनिषद्-वाक्यों के सामान्यतया अर्थ करने से तो सन्देह होता है कि चारों वेदों को अपराविद्या के ग्रन्थ बताया गया है, परन्तु किसी ग्रंथ के किसी विषय में वास्तविक अभिप्राय का उसके किसी एकाध वाक्य को देखने मात्र से पता नहीं चल सकता। इसके लिए हमें उस ग्रन्थ की मूल भावना को अपने विचार का केन्द्र बनाना चाहिए। मुण्डकोपनिषद् के ही एक मन्त्र में चारों वेदों को ब्रह्म की वाणी बताया है[2] तथा एक अन्य मन्त्र में वेदों को इसी ब्रह्म से उद्भूत कहा गया है ।[3] अब जबकि मुण्डकोपनिषद् का ऋषि वेदों को साक्षात् ब्रह्म से उद्भूत मानता है, तब यह समझ में नहीं आता कि वह इन्हीं वेदों को अपरा विद्या के ग्रन्थ कैसे कह सकता है? तथ्य यह है कि वेदों में परा और अपरा दोनों ही विद्याएँ विद्यमान हैं। परन्तु संसार में साधारण जन प्रेय अर्थात् अपरा विद्या से अधिक सम्बन्ध रखते हैं और वेदों की भाषा भी उभयार्थ-द्योतिका है, जिससे साधारण मस्तिष्क को वह प्रेयात्मक लगती है। इसी से साधारण जन उन्हें अपरा विद्या से पूरित मानते हैं। यहाँ पर वेदों को अपरा विद्या कहने से ऋषि का केवल इतना ही तात्पर्य है कि साधारण जन वेदों में अपरा विद्या को ही देखते हैं। वस्तुतः परा विद्या भी वेदों में है जिससे अक्षरब्रह्म की प्राप्ति होती है।

उक्त मंत्र की इस व्याख्या को खींचातानी मानते हुए विदेशी विद्वानों का कहना है कि वास्तव में वेदों में ब्रह्मविद्या नहीं है और उपनिषदों के अनुसार वेद अपरा विद्या के ही ग्रंथ हैं। इस पर म० दयानंद का अभिमत है कि "यदि ब्रह्मविद्या वेदों में न होती तो उपनिषदों के ऋषियों को इसका ज्ञान नहीं हो सकता,[4] क्योंकि ब्रह्मविद्या अत्यन्त सूक्ष्म विद्या है। उपनिषदों में इसका बहुत परिष्कृत रूप है, अतः बिना किसी पूर्ववर्ती ज्ञान के उपनिषदों के ऋषियों द्वारा स्वतंत्र रूप से इन्हें रच लेने की मान्यता नितांत असंगत है, जैसे बीज के बिना अंकुर का उदभव होना असम्भव है। म० दयानंद के मत का समर्थन करते हुए श्री अरविन्द का कहना है कि "ऐसे परम गम्भीर और चरम सीमा तक पहुँचे विचार सूक्ष्म और महाप्रयत्न द्वारा निर्मित अध्यात्म-विद्या की पद्धति, जैसी कि सारतः उपनिषदों में पायी जाती है, किसी पूर्ववर्ती शून्य से नहीं निकल आयी है।"[5]

कठोपनिषद् ने तो चारों वेदों का प्रतिपाद्य ब्रह्मपदवाची 'ओ३म्' का गान ही स्वीकार किया है ।[6] छान्दोग्य-उपनिषद् में सामवेदीय उदगीथ उपासना को सभी का रस बताया है ।[7] दर्शनशास्त्रों ने भी वेदों को ब्रह्मविद्या का भण्डार माना है।

इस विचार-सारणी से निष्कर्ष यह निकलता है कि वेदों में जिस परमसत्ता का वर्णन "सृष्टि का अध्यक्ष, देवों का देव, प्रजापति, एवं ब्रह्मा" आदि नामों से किया गया है, उपनिषदों में उसी को ब्रह्म, सबका आत्मा, नित्यों-का-नित्य आदि नामों से पुकारा है। डॉ० पी० के० आचार्य, डॉ० राधाकृष्णन आदि ने भी यही तथ्य स्वीकार किया है कि "पीछे

---

1. तत्रापरा ऋग्वेदो यजुर्वेदः सामवेदोऽथर्ववेदः शिक्षाकल्पो व्याकरणं निरुक्तं छन्दो ज्योतिषमिति। अथ परा यया तदक्षरमधिगम्यते ।—मु० उ० 1-1-5
2. अग्निर्मूर्द्धा चक्षुषी चन्द्रसूर्यौ दिशः श्रोत्रे वाग्विवृताश्च वेदाः ।—मुण्ड० 2-1-4
3. तस्मादृचः साम यजूंषि दीक्षा यज्ञाश्च सर्वे क्रतवो दक्षिणाश्च ।—मुण्ड० 2-1-6
4. दयानन्दग्रंथमाला, भाग-2, पृ० 865
5. वेद-रहस्य—श्री अरविन्द, भाग-1, पृ० 4
6. सर्वे वेदा यत्पदमामनन्ति···ब्रवीम्योमित्येत् ।—कठ० 1-2-15
7. एषां भूतानां पृथिवी रसः, पृथिव्या आपो रसोऽपामोषधयो रसः, ओषधीनां पुरुषो रसः, पुरुषस्य वाग्रसो, वाच ऋग्रसः, ऋचः साम रसः, साम्न उद्गीथो रसः ।—छान्दो० 1-1-2

के दार्शनिकों को उपनिषदों के सिद्धान्तों में वेदों का अंत नहीं वरन् चरम तात्पर्य दिखाई पड़ा।"[1]

वेदों में प्राण-विद्या

ब्रह्म-विद्या में सहायक प्राण-विद्या का वेदों में विस्तार से उल्लेख मिलता है।

प्राणों का ऋषि नाम—यजुर्वेदीय 'सप्तऋषयः प्रतिहिताः शरीरे' इस मंत्र में 'सप्त ऋषयः' से सात प्राणों का ग्रहण प्रायः सभी भाष्यकारों ने किया है। यहाँ तक कि ग्रिफिथ महोदय ने टिप्पणी दी है—'सप्तऋषयः=सात प्राण। सप्तापः= सात प्राण और इंद्रियाँ, दो जागनेवाले देव=प्राणापान, अर्थात् इस शरीर में सात ऋषिरूप प्राण प्रतिष्ठित हैं। ये प्रमाद-रहित रहकर इसकी रक्षा के लिए सावधान रहते हैं। सात बहिर्मुखी प्राणधाराएँ या इंद्रियाँ सोते समय सोने वाले के लोक में संहृत हो जाती हैं। उस समय भी स्वप्नरहित रहनेवाले देव [प्राण-अपान] जागनेवाले आत्मा के साथ स्थिर रहकर जागते हैं।[2] वेद की पुष्टि उपनिषद् में की गई है कि "सात ऋषि ही सात प्राण हैं। दो कान गोतम और भरद्वाज हैं। दो आँखें विश्वामित्र और जमदग्नि तथा दो नासिकारंध्र वसिष्ठ और कश्यप हैं। वाक् अत्रि है।"[3]

यह शिर देवकोश है, इसे ही स्वर्गलोक भी कहते हैं—अथर्ववेदीय मंत्र में कहा है कि यह शिर[4] भली प्रकार वन्द किया हुआ देवों का कोश है। प्राण, मन और अन्न [या वाक्=स्थूलभूत] उसकी रक्षा करते हैं। शिर में सात छिद्र द्युलोक के सप्तर्षि-मंडल की भांति प्रकाशित हैं। शरीर में शिर ही ज्योति या चेतना का केन्द्र है। शिर में स्थित पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ ज्ञान की साधनभूत देवों की ज्योतियाँ हैं। ज्ञान के विविध केन्द्र ही विविध देव हैं। इस मंत्र की व्याख्या बृहदारण्यक उपनिषद् में[5] सविस्तार वर्णित है। उपनिषद् में शिर को ऊपर पेंदी और नीचे की ओर मुखवाला कटोरा बताया है। इसमें प्राण नामक विश्वरूप यश रखा हुआ है। किनारों पर सप्तर्षि विराजमान हैं, उसमें ब्रह्म के साथ समरसवाक् आठवीं है।

प्राण ब्रह्म—बृहदारण्यक में प्रश्नोत्तर प्रसंग में वैदेह जनक ने प्रश्न पूछा कि "एक देव कौन-सा है?"[6] याज्ञवल्क्य ने कहा—"वह प्राण है और उसे ही ब्रह्म कहा जाता है, क्षर और अक्षरब्रह्म प्राण का ही विस्तार है। प्राण ही

---

1. (i) उपनिषदों में औदार्य—लेख, 'कल्याण' का उपनिषद्-अंक, जनवरी 1949, पृ० 87, लेखक महामहो० डॉ० पी० के० आचार्य, एम० ए०, पी-एच० डी०।

   (ii) The chief reason why the upanishad's are called the end of the Vedas is that they represent the central aim and meaning of the teaching of the Vedas.

   —The Principal Upanishads, P. 2 , London, 1953, by Dr. Radhakrishnan

   (iii) सन्ति खलु उपनिषदो वेदमूला इति सर्वेषामेव निर्विवादमभिमतम्।

   —संस्कृत-साहित्य-विमर्श, पृ० 140, लेखक द्विजेन्द्रनाथ शास्त्री, 1956

2. सप्त ऋषयः प्रतिहिताः शरीरे सप्त रक्षन्ति सदमप्रमादम्।
   सप्तापः स्वपतो लोकमीयुस्तत्र जागृतोऽस्वप्नजौ सत्रसदौ च देवौ॥ —यजु० 34/55

3. प्राण वा ऋषयः, इमौ एव गोतमभरद्वाजौ। अयमेव गोतमः, अयं भरद्वाजः। इमौ एव विश्वामित्रजमदग्नी। अयमेव विश्वामित्रः, अयं जमदग्निः, अयं कश्यपः। वागेवात्रिः।

4. तद्वा अथर्वण. शिरो देवकोशः समुब्जितः।
   तत्प्राणो अभिरक्षति शिरो अन्नमथो मनः॥ —अथर्व० 10-2-27

5. अर्वाग् बिलश्चमस ऊर्ध्वबुध्नस्तस्मिन् यशो निहितं विश्वरूपम्।
   तस्यासत ऋषयः सप्ततीरे वागष्टमी ब्रह्मणा संविदाना॥ —बृ० उ० 2-2-3

6. कतम एको देव इति। प्राण इति। स ब्रह्म तदित्याचक्षते। —बृ० 3-9-9

प्रजापतिरूप से सब देह के केन्द्रों में [हृदयों या गर्भों में] बैठा हुआ नाना रूप से प्रकट हो रहा है। ज्ञानी लोग नाभि-स्थित उस प्राणरूपी योनि को देखते हैं।[1] शतपथ ब्राह्मण में प्राण को कई स्थानों पर[2] प्रजापति कहा है। सब देवों में[3] प्राणों को ज्येष्ठ, श्रेष्ठ तथा वरिष्ठ बताया गया है। प्राण के स्थित रहने पर अन्य सब देव इस ब्रह्मपुरी में बस जाते हैं। प्राण ही इस शरीररूपी नौका की सुप्रतिष्ठा है। प्राण ही शरीर को पूज्य बनाते हैं, अतः अमृत तथा पूजनीय हैं। इसी प्रकार कौषीतकी तथा पैङ्ग्यब्राह्मणों में प्राण को 'ब्रह्म' कहा है।[4]

प्राण ही उस चित् शक्ति का महान् लिंग या शेप है। प्राणरूप शेप [सिम्बल] से उस परमचैतन्य की प्रतीति होती है। इस कारण प्राण की एक संज्ञा वेदों में 'शुनःशेप' भी आई है। सृष्टि का प्रत्येक प्राणी श्वासरूपप्राण का लिंग है। ब्राह्मणग्रंथों में प्राण को सोम भी कहा है। प्राण ही अग्नि है। अग्निषोमात्मक इस जगत् में एक प्राण ही प्राणापान-रूप से द्विधा विभक्त होकर कार्य कर रहा है। प्राण ही मित्र और प्राण ही वरुण है। मैत्रावरुण-सम्बन्धी मंत्रों में प्राणा-पान की महिमा या रहस्य बताया गया है। प्राण ही देव हैं, प्राण ही बालखिल्य है, क्योंकि प्राणों के संतान या विस्तार में बालमात्र का भी अन्तर नहीं है।[5]

प्राण ही ऋग्, यजुः और साम हैं। प्राण ही रश्मियाँ हैं।[6] प्राण ही संवत्सर हैं। प्राण ही सत्य है। प्राण एक बड़ा भारी 'शिक्य' या छींका है जिसमें सब-कुछ बँधा रहता है।

अथर्ववेद के प्राणसूक्त में[7] अनेक प्रकार से प्राण की महिमा का वर्णन किया है। यह सूक्त प्राण का शाश्वत यशोगान है। एक अन्य सूक्त[8] में प्राण और अपान को देवताओं का वैद्य कहा गया है। ये ही अश्विनीकुमार हैं। इस प्रकार प्राणविद्या वेदों में विशदरूप से निरूपित है।[9]

संहिताओं में तथा आरण्यक ग्रंथों में वर्णित प्राण के सभी रूपों को जानकर गृत्समद, भरद्वाज आदि ऋषि रूप में प्राणापान की साधना करनी चाहिए। दिन प्राण तथा अपान रात्रि है, तथा प्राण ही देवता है। इसी स्वरूप का अनुभव करते हुए प्राणायाम करना चाहिए, जिसका स्वरूप इस ग्रंथ में यथास्थान वर्णित है।

वेद और योग का सम्बन्ध

"वेद सर्व सत्यविद्याओं का पुस्तक है"। "मानवीय जीवन की समस्त समस्याओं का समाधान वेद में निबद्ध है" यह मान्यता सर्वविदित है। सब सत्य विद्याओं में प्रमुखरूपेण ब्रह्मविद्या—अध्यात्मविद्या है, यह भी सर्वगत है, अतः सिद्ध हो जाता है कि वेद का ब्रह्मविद्या अर्थात् योगविद्या से घनिष्ठ सम्बन्ध है।

---

1. प्रजापतिश्चरति गर्भे अन्तरजायमानो बहुधा वि जायते।
   तस्य योनिं परि पश्यन्ति धीरास्तस्मिन् ह तस्थुर्भुवनानि विश्वा॥ —यजु० 31-19
2. प्राणो हि प्रजापतिः। —शत० ब्रा० 4-5-5-13
   प्राण उ वै प्रजापतिः। —शत० ब्रा० 8-4-1-4
   प्राणः प्रजापतिः। —श० ब्रा० 6-3-1-9
3. प्राणो वै सुशर्मा सुप्रतिष्ठानः। —श० 4-4-1-14
4. 'प्राणो ब्रह्म' इति ह स्माह। —कौषीतकी 2-1
   प्राणो ब्रह्म इति ह स्माह। —पैङ्ग्य 2-2
5. बालमात्राद्ु हेमे प्राणा असम्भिन्नास्ते यदबालमात्रादसंभिन्नास्तस्माद् बालखिल्याः। —शत० 8-3-4-1
6. सहस्ररश्मिः शतधा वर्तमानः प्राणः प्रजानामुदत्येष सूर्यः। —श० ब्रा० 6-7-1-20
7. प्राणाय नमो यस्य सर्वमिदं वशे। —अथर्व० 11-4-1—26
8. प्रत्यौहतामश्विना मृत्युमस्मद् देवानामग्ने भिषजा शचीभिः। —अथर्व० 7-53-1—7
9. द्रष्टव्य—'कल्याण योगांक' नमः प्राणाय यस्य सर्वमिदं वशे'। ले० वासुदेवशरण अग्रवाल, एम० ए०, पृ० 655-58

वेद और योग के निकटतम सम्बन्ध-विच्छेद का हेतु अन्वेषण करने से प्रतीत होता है कि जिस पावमानी—वरदा, अकलुषिता मधुरिमामयी, अमृत वेदविद्या का पावन पीयूषपान तत्ववेत्ता ऋषि-महर्षिगण उपनिषद्-काल तक अविच्छिन्नरूप से करते रहे, उसके सहसा ह्रास होने की दुखद सूचना रामायण, महाभारत एवं पुराणों ने भरपूर दी है। तब से लेकर मध्यकाल तथा वर्तमान तक इस योगविद्या को स्पष्ट करने वाले व्याख्याग्रंथों की अंधाधुंध धांधली ने तथा मनमानी योग-प्रणालियों के प्रचार-प्रसार ने इस सम्बंध को रसातल में पहुँचा दिया। वैदिक वाङ्मय की अपरिहार्य, अनिवार्य, कृतकार्य योगविद्या की जो उत्तरोत्तर शतमुखी उपेक्षा हुई, इसके पुनरुद्धार का कुछ एक मध्यवर्ती योगियों-मनीषियों ने यथासमय यत्न किया है परन्तु वह यत्न अब तक प्रच्युत पद को प्रत्यावर्तित कराने में अशक्त ही रहा है।

क्या इस योगविद्या का लोप ही होगा ? भ्रांत जिज्ञासु लालिमा को देख रत्तियों [घूंघचियों] के ढेर को दहकते अंगारे जान शीत-निवारण का विफल प्रयत्न कब तक करते रहेंगे ? क्या इसका सत्यस्वरूप नहीं मिल सकेगा ? पुन कौन अनुसंधान करेगा ? ये सभी ज्वलन्त प्रश्न भारतीय संस्कृति के सच्चे उपासक को झकझोर देते हैं और वेद तथा योग के विच्छिन्न वियोग का संयोग करने-कराने को बाधित करते हैं जिसके आधार पर यह ऋषिपुंगवों का पवित्र देश अन्य देशों का उन्नायक, चरित्र-शिक्षक एवं अग्रगण्य गुरु रहा है।

सर्गारम्भ-काल में प्रकट वेदों के विषय का वातावरण अपनी उदात्ततम भावनाओं से अनेक प्रकार से ओत-प्रोत रहने के कारण उस समय उनके सत्यस्वरूप और उद्देश्य के ज्ञाता 'वेदवित्' पुरुष बहुत कम थे। इस तथ्य के साक्षी रूप प्रमाण इन्हीं वेदों के मंत्रों में यत्र-तत्र बिखरे हुए उपलब्ध होते हैं। जैसे ऋग्वेद में लिखा है कि—वेदमंत्रों में जो रहस्य भरा हुआ है उसे तो आँखों वाला या इनके अर्थों की पूर्व-परम्परा की श्रुतियों को अनूचान, शुश्रुवान ऋषि ही स्पष्ट रूप में देख सकता है।[1] ये आँखें क्या हैं ? इनका विवेचन वेद एवं योग के सम्बन्ध को उद्घाटित करने से स्पष्ट हो जाएगा। ऋग्वेद में इस विषय को स्पष्टतर करने की सद्भावना से लिखा है कि वेदमंत्रों में जिन गहन विषयों का प्रतिपादन या चित्रण विचित्र शैली से किया है उसे तो वही धीर, वीर, गम्भीर या देवपुत्र ऋषि जान सकता है जो केवल 'कवि' [क्रांतदर्शी, सूक्ष्मदर्शी, योगी या द्रष्टा ऋषि] है। इस कवि शब्द का अर्थ कई धुरन्धर विद्वानों ने कविता करने वाला या रचनेवाला किया है। परन्तु वेदों में कवि नाम तो उस अग्नि का है जो योग का प्राथमिक तत्त्व है। इसीलिए इस योग की प्रक्रिया को उसी मंत्र में **'कवीयमान ईमा चिकेत'** कहा गया है। इसका तात्पर्य हुआ कि जो व्यक्ति योगी है वही योग की उच्चतर भूमियों पर आसीन होकर वेदमंत्रों में निहित गूढ़ भावों को योग से उत्पन्न प्रज्ञाविवेक से देख लेता है। इसमें संदेह नहीं कि कवि गद्य-पद्यमय काव्य की ललित रचनाएँ करते हैं, परन्तु वेदमंत्रों की तुलना मध्ययुगीन या आजकल के कवि की रचनाओं से करना बालिशता [मूर्खता] की पराकाष्ठा है। गम्भीर रहस्यभरे इन वेदमंत्रों में तो मननरूप योग से साक्षात्कार किया हुआ विषय परिपूर्ण है। परम्परा के अनुसार यास्क ने **'ऋषिर्दर्शनात्'**, **'मन्त्रं मननात्'** कहा है अर्थात् ऋषिरूप कवियों या योगियों ने जो कुछ कहा है या लिखा है उसे अपनी मननशक्ति द्वारा योगदृष्टि से साक्षात् दर्शन करके लिखा है, अतः **'साक्षात्कृतधर्माण ऋषयः'**—वे ऋषि या कवि हैं जिन्होंने अपने वर्णित विषय का योगदृष्टि से साक्षात्कार कर लिया था। इसीलिए मंत्र की व्याख्या स्वयं ऋग्वेद में विहित है **'मन्त्रेभिः सत्येः'** अर्थात् ये मंत्र तो साक्षात्रूप में देखे गये विषयों के चित्रों को उपस्थित करते हैं। जिनके पास इन ऋषियों की योगमयी कविता की ऐसी दृष्टि नहीं है उनके बारे में पुनः प्रतिपादित किया है—**'न विचेतदन्धः'**—बिना योग-दृष्टिवाला इन विषयों को नहीं देख सकता। लौकिक कवि तो स्त्रियों के अंगप्रत्यंग का, भावभंगिमा का शृंगारमय अश्लील वर्णन करते हैं। वृक्ष, फल-फूल उद्यान, सरोवर, नदी-नाले, पर्वतशृंखला, उषा, सूर्य-चन्द्र, मेघमाला आदि बाह्य प्रकृति का चित्रण करते हैं। वेदों में थोथे, अश्लील-गर्हित चित्रण उपलब्ध नहीं हैं। वास्तविक कवि आभ्यन्तर अनुभूति का चित्रण करने वाला है। अतः जो व्यक्ति

---

1. स्त्रियः सतीस्ताँ उ मे पुंस आहुः पश्यदक्षण्वान्न वि चेतदन्धः ।
कविर्यः पुत्रः स ईमा चिकेत यस्ता विजानात् स पितुष्पितासत् ।। ऋग्० 1-164-16

वेदों में वर्णित योग की इन प्रक्रियाओं को जानता है वह अपने देवतास्वरूप पिताओं से पुत्ररूप में उत्पन्न होने पर भी योग की प्रक्रियाओं द्वारा उन भावों को निज समाधि में जन्म देकर उद्दीप्त कर लेता है, इस प्रक्रिया के कारण वह पितारूप देवताओं का भी पिता बन जाता है।

अन्यत्र इसी सूक्त में अक्षर-ब्रह्म या एकाक्षर-ब्रह्म के अक्षरों का वर्णन गिनती की विधि [रहस्य या सांकेतिक या पारिभाषिक शब्दों] में करने के पश्चात् लिखा है कि जो व्यक्ति इस विषय को नहीं जानता, वह इन ऋचाओं की रट लगाकर या उलटा-सुलटा अर्थ करके क्या[1] करेगा ? उसे इन वेदों के अमृत का स्पर्श तक नहीं हो सकता । उसके लिए इन वेदों पर कहना, लिखना, पढ़ना सब व्यर्थ है। हाँ, इन विषयों को जो जानते हैं वे अवश्यमेव इन मंत्रों को पढ़ने-पढ़ाने के योग्य कहे जा सकते हैं । वेदों में वर्णित योगतत्त्वों तथा योगानुष्ठान-विषयक ईश्वराज्ञाओं से स्पष्ट हो जाता है कि वेद और योग का घनिष्ठ सम्बंध है। ईश्वर यजुर्वेद [अध्याय ग्यारह, मंत्र एक से पाँच] में योगाभ्यास के लिए उपदेश करता है—

प्रथम चार मंत्रों में उपासना का महत्त्व बताने के पश्चात् परमेश्वर उपासना का उपदेश करने वाले एवं ग्रहण करनेवाले, दोनों के प्रति प्रतिज्ञा करता है कि जब तुम सनातन ब्रह्म की सत्य, प्रेम, सेवा एवं श्रद्धाभाव से अपने आत्मा को स्थिर करके नमस्कारादिपूर्वक उपासना करोगे, तब मैं तुमको आशीर्वाद दूंगा कि सत्यकीर्ति तुम दोनों को ऐसे प्राप्त हो जैसे कि परम विद्वान् को धर्म-मार्ग यथावत् प्राप्त होता है । पुनः परमेश्वर मुमुक्षुजनों को उपदेश करता है कि—हे मोक्षमार्ग का अनुसरण करने वाले मनुष्यो ! तुम सब लोग ध्यान देकर सुनो कि जिन दिव्य लोकों अर्थात् मोक्षसुखों को पूर्वज लोग प्राप्त हो चुके हैं, उसी उपासना योग से तुम लोग भी उन सुखों को प्राप्त करो, इसमें संदेह न करो। इसी लिए मैं तुम्हें उपासना योग से युक्त करता हूं ।[2]

इस प्रकार वेदों में मानवीय जीवन के सर्वांगीण विकास के साथ-साथ निःश्रेयस की प्राप्ति कराने वाली योग-विद्या का उपदेश पदे-पदे उपलब्ध है । इससे स्पष्ट हो जाता है कि वेद में वर्णित योगविषय का वेद से घनिष्ठ सम्बन्ध है। वेद से योग के इसी सम्बंध को स्वतः वेदमंत्रों द्वारा ब्राह्मण ग्रंथों तथा उपनिषदों के योगविषयक प्रसंगों से प्रमाणित कर पातंजलयोग से मिलाने का यह प्रयास किया है।

योगपरम्परा

योगावतरण

सर्वज्ञानमयी वैदिक संहिताओं का मूलाधार यौगिक प्रक्रिया ही है; अतः वेद से भी पूर्व योगावतरण की स्थिति सिद्ध है । योगी परम्परा की मान्यता है कि 'हिरण्यगर्भः' ही योग के आदि प्रवक्ता हैं, अन्य कोई नहीं ।[3] ऋग्वेद में इस की पुष्टि करते हुए कहा गया है कि जब सृष्टि नहीं हुई थी तब एक अद्वितीय हिरण्यगर्भ, जो सूर्यादि तेजस्वी पदार्थों का गर्भ—उत्पत्तिस्थान, उत्पादक—है वह ही प्रथम था, वह सब जगत् का सनातन प्रादुर्भूत प्रसिद्ध पति है ।[4] इस प्रकार हिरण्यगर्भ की स्तुति वेदों में अन्यत्र भी की गई है। यह हिरण्यगर्भ परमात्मा ही है, क्योंकि वही उत्पन्न हुए सब प्राणियों का स्वामी हो सकता है जिसको अन्य शास्त्रों में भी स्वीकार किया है । यदि हिरण्यगर्भ नामक कोई ऋषि होता तो अन्य ऋषियों के समान पुराण, इतिहास आदि में उसका कोई इतिवृत्त उपलब्ध होता । हिरण्यगर्भ परमात्मा गुरुओं का भी गुरु है, वही सबसे पुरातन है ।

---

1. यस्तन्न वेद किमृचा करिष्यति य इत्तद् विदुस्त इमे समासते । ऋग्० 1-164-39
2. युजे वां ब्रह्म पूर्व्यं नमोभिर्वि श्लोक एतु पथ्येव सूरेः ।
   शृण्वन्तु विश्वे अमृतस्य पुत्रा आ ये धामानि दिव्यानि तस्थुः ॥ —यजु० 11-5
3. हिरण्यगर्भो योगस्य वक्ता नान्यः पुरातनः ।—याज्ञ० स्मृ०
4. हिरण्यगर्भः समवर्तताग्रे भूतस्य जातः पतिरेक आसीत् ।—ऋग० 1-121-1; यजु० 13-4 (आर्याभिविनय 2-20)

महाभारत में सांख्य का प्रवक्ता कपिल तथा योग का आदिप्रवक्ता हिरण्यगर्भ बताया है।[1] योग-रहस्य दर्शाते हुए आगे कहा है कि यह द्युतिमान् हिरण्यगर्भ वही है जिसकी वेद में स्तुति की गई है एवं जिसकी योगी लोग नित्य पूजा करते हैं, जो संसार में विभु कहा गया है।[2] इस हिरण्यगर्भ भगवान् को समष्टि-बुद्धि कहा है, इसी को योगी-लोग महान् तथा विरञ्चि और अज [अजन्मा] भी कहते हैं।[3]

'अद्भुत रामायण' में तो स्पष्ट ही हिरण्यगर्भ को जगत् का अन्तरात्मा बताया गया है। श्रीमद्भागवत में कहा है कि "हे योगेश्वर! योगकौशल वही है जिसे भगवान् हिरण्यगर्भ ने कहा था,[4] अतः वैदिक-योग का आदिप्रवक्ता हिरण्यगर्भ परमात्मा ही है।

पूर्वोक्त गुणों से युक्त परमात्मा की महत्ता बताते हुए 'महानिति च योगेषु' श्लोकांश के अर्थ में टीकाकार नीलकण्ठ ने कहा है कि **'योगेषु एष महानिति प्रथमं कार्यम्'** अर्थात् हिरण्यगर्भ महाराज की यही महान् इति है कि आपने वेदों से भी प्रथम योगविद्या अर्थात् पराविद्या का प्रादुर्भाव किया।

हिरण्यगर्भ से अग्नि, वायु, आदित्य और अंगिरा चार ऋषियों ने समाधि की उच्च-स्तरीय भूमियों में वेद मन्त्रों का साक्षात्कार किया। इस विषय में डॉ० कपिलदेव का कहना है कि "अग्नि आदि का चेतन होना तथा ऋषि होने का उल्लेख कहीं नहीं मिलता,[5] परन्तु शतपथ-ब्राह्मण की आख्यायिका में अग्नि आदि देवों को ज्योति कहा है। यहाँ विचारणीय है कि ज्योति से वेद कैसे प्रकट हो सकते हैं। वेदों में आगत देव शब्द की निरुक्ति **'विद्वांसो वै देवाः'** शत० ब्रा० में तथा यास्काचार्य ने निरुक्त में **'देवो दानाद्वा दीपनाद्वा द्योतनाद्वा द्युस्थानो भवतीति वा'** की है। अग्नि आदि ऋषि देवकोटि के विद्वान् पुरुष थे जो वेद-ज्ञान को धारण करने में समर्थ हुए। उन्हीं को ज्ञानरूप ज्योति कहा जाना संगत प्रतीत होता है, जिनपर वेद प्रकट हुए। उनके बाद ब्रह्मा नामक ऋषि चारों वेदों का ज्ञाता हुआ। पुराणों की मान्यता के अनुसार चारों वेद ब्रह्मा के चारों मुख से प्रकट हुए हैं। पुराणोक्त ब्रह्मा कौन है? इसके समय आदि का निश्चय नहीं है, अतः वह केवल आलंकारिक वर्णन प्रतीत होता है।

"ब्रह्मा के पश्चात् नारायण [विष्णु], भर्गः (महादेवजी), वसिष्ठ, मित्रावरुणौ, विश्वामित्रोगाथिनः, अगस्त्यो मैत्रावरुणः, मनुर्वैवस्वतः, याज्ञवल्क्य, नारद आदि ऋषि हुए जिन्होंने यजुर्वेद आदि के मन्त्रों के अर्थों का साक्षात्कार किया।"[6] ये सभी समाधि आदि योगसाधनों की विधि भली प्रकार जानते थे, क्योंकि वेदार्थ को जानने की प्रक्रिया यही है, जैसा महर्षि दयानन्द ने माना है कि "धर्मात्मा, योगी, महर्षि लोग जब-जब जिस-जिस के अर्थ की जानने की इच्छा करके ध्यानावस्थित हो परमेश्वर के स्वरूप में समाधिस्थ हुए, तब-तब परमात्मा ने अभीष्ट मन्त्रों के अर्थ जनाये।"[7] वही उन मन्त्रों के ऋषि कहलाये।

---

1. सांख्यस्य वक्ता कपिलः परमर्षिः स उच्यते।
   हिरण्यगर्भो योगस्य वक्ता नान्यः पुरातनः ॥—महा० 12-349-65
2. हिरण्यगर्भो द्युतिमान् य एष छन्दसि स्तुतः।
   योगैः सम्पूज्यते नित्यं स च लोके विभुः स्मृतः ॥—महा० 12-342-96
3. हिरण्यगर्भो भगवान् एष बुद्धिरिति स्मृतः।
   महानिति च योगेषु विरंचिरिति चाप्यजः ॥
4. (क) हिरण्यगर्भो जगदन्तरात्मा…।—अद्भुतरामायण 5-6
   (ख) इदं सि योगेश्वर योगनैपुणं हिरण्यगर्भो भगवान् जगाद यत् ॥—श्रीमद्भागवत 5-19-13
5. द्रष्टव्य—योगी का आत्मचरित्र, योगावतरण, पूर्वार्द्ध, पृ० 17-18
6. सत्यार्थप्रकाश, सप्तम समु०, पृ० 192 (अजमेर प्रकाशन, सं० 2028)
7. द्रष्टव्य—वैदिक ऋषि एक परिशीलन

इन ऋषियों का कालक्रम पूर्णरूपेण उपलब्ध नहीं होता, अतः वह अन्वेषणीय है। इस ऋषि-परम्परा के अतिरिक्त मुण्डकोपनिषद् में ब्रह्मविद्या अर्थात् योगविद्या की शिष्य-परम्परा का प्रारम्भिक महत्त्वपूर्ण संकेत इस प्रकार मिलता है, "देवों में मुख्य ब्रह्मा हुआ, जो सारे जगत् का कर्ता और सब लोकों का रक्षक है। उसने सब विद्याओं में प्रतिष्ठित प्रधान ब्रह्मविद्या अपने ज्येष्ठपुत्र अथर्वा को कही। अथर्वा ने अंगिरा को बताई, अंगिरा ने भारद्वाज-गोत्रीय सत्यवाह को बताई।"

प्रतीत होता है विभिन्न ऋषियों की पृथक्-पृथक् परम्पराएँ चलती रहीं। काठक [2-6-18] तथा श्वेता० [2-8] आदि उपनिषदों में योगविधि और उनके साधारण उपायों का पर्याप्त उल्लेख हुआ है। कालिक दृष्टि से पातञ्जल-योग से सांख्यदर्शन प्राचीन है। सांख्यदर्शन में भी प्रकृति-पुरुष के भेद का उपपादन है, उससे शाब्दिक रूप में ही भेद का ज्ञान हो पाता है। सां० द० तृतीयाध्याय के 23 से 36 सूत्रों में ज्ञान से मुक्ति का विवरण दिया गया है। इसमें ज्ञान के उपायरूप से वृत्ति निरोध, आसन, धारणा, ध्यान, अभ्यास, वैराग्य आदि का उल्लेख किया गया है। इनके प्रयोग का विवरण योगदर्शन में उपलब्ध है। इसी प्रकार न्यायदर्शन में कहा है कि समाधि-सिद्धि के लिए यम-नियम आदि के आचरण से रागादि मलों के नाश द्वारा आत्मा को शुद्ध संस्कारयुक्त बनाकर योग एवं अध्यात्मक शास्त्रों में बताये उपायों का अवलम्बन करना चाहिए। वैशेषिक दर्शन में—"धर्मविशेष[1] से उत्पन्न तत्त्वज्ञान से निःश्रेयस [मोक्ष] की प्राप्ति बताई है। यहाँ भी तत्त्वज्ञान के लिए यौगिक उपायों के अनुष्ठान का संकेत उपलब्ध है।"

वेदान्तदर्शन [4-1-7—11] में चित्तवृत्ति-निरोध के लिए आसन, प्राणायाम, ध्यान, एकाग्रता आदि उन उपायों का संकेत है जिनका विधान योगदर्शन में किया गया है। योगविधानों का विरोध ब्रह्मसूत्र में कहीं भी उपलब्ध नहीं। इस प्रकार अन्य दर्शनों का पूरक होता हुआ यह 'योगदर्शन' पतंजलि ऋषि द्वारा निबद्ध योग-प्रक्रिया है तथा व्यावहारिक जीवन से सम्बन्धित शास्त्र है।

वैदिक योग-परम्परा में पतञ्जलि

वैदिक संहिताओं से लेकर ब्राह्मण-ग्रन्थ, आरण्यक तथा उपनिषदों में उपलब्ध योगतत्त्वों का सामञ्जस्य पतंजलि के योगसूत्रों से है, अतः पतंजलि वैदिक योग-परम्परा में उच्चकोटि के ऋषि थे।

प्राचीन भारत में पतंजलि नाम के अनेक आचार्य हो चुके हैं। इस विषय का विवेचन आचार्य उदयवीर शास्त्री ने 'सांख्यदर्शन का इतिहास' नामक अपनी रचना में विस्तार से किया है।[2] विभिन्न कालों में हुए पतंजलि नामक आचार्यों का संक्षिप्त निर्देश इस प्रकार है—

1. योगसूत्रों का रचयिता।
2. व्याकरण महाभाष्य का रचयिता।
3. निदानसूत्र [अथवा छन्दोविचिति] का रचयिता।
4. परमार्थसार का रचयिता, जिसको अनेक स्थलों पर 'आदि-शेष' के नाम से लिखा गया है।
5. एक सांख्याचार्य पतंजलि, जिसका उल्लेख युक्तिदीपिका आदि सांख्ययोग विषयक ग्रंथों में किया गया है;
6. आयुर्वेद-प्रवक्ता पतंजलि। कहा जाता है वर्तमान काल में उपलब्ध आयुर्वेद के 'चरकसंहिता' नामक ग्रंथ का परिष्कर्ता चरक, पतंजलि नामक आचार्य था। इस ग्रंथ का आरम्भिक नाम आत्रेयसंहिता अथवा आत्रेयतन्त्र प्रसिद्ध रहा है। चरक द्वारा परिष्कार किये जाने पर उसी नाम से प्रसिद्ध हो गया। इस ग्रंथ को प्रथम आचार्य अग्निवेश ने अपने गुरु आत्रेयपुनर्वसु के नाम पर रचा था।

---

1. धर्मविशेषप्रसूताद् द्रव्यगुणकर्मसामान्यविशेषसमवायानां पदार्थानां साधर्म्यवैधर्म्याभ्यां तत्त्वज्ञानान्निःश्रेयसम्।— वैशेषिक 1-1-4
2. द्रष्टव्य—उक्त ग्रन्थ का प्रथम संस्करण, पृ० 512-513

7. एक अन्य कोषकार पतंजलि का उल्लेख हेमचन्द्राचार्य के 'अभिधानचिन्तामणि' नामक कोष में अनेकत्र उपलब्ध होता है।

8. लोहशास्त्रकार के रूप में एक अन्य पतंजलि को स्मरण किया जाता है।

पतंजलि-विषयक उपलब्ध इतिहास के सम्बन्ध में आधुनिक विद्वानों में विविध मत हैं। संक्षेप में यहाँ केवल इतना अपेक्षित है कि व्याकरण-भाष्यकर्ता एवं चरक-प्रतिसंस्कर्ता पतंजलि की कोई रचना अध्यात्मविषयक अथवा सांख्ययोगविषयक होनी चाहिए, जिसका उल्लेख पर्याप्त प्राचीन काल से अनेक आचार्य निरन्तर करते आये हैं। अभी तक जो ज्ञात किया जा सका है, पतंजलि की ऐसी रचना वही सम्भव है, जिसके कतिपय सन्दर्भ युक्ति-दीपिका आदि सांख्य-योग विषयक रचनाओं में पतंजलि नाम से उद्धृत हुए उपलब्ध होते हैं।

इन सन्दर्भों में कतिपय ऐसे दार्शनिक मन्तव्य स्पष्ट हैं जिनका सामञ्जस्य उपलभ्यमान अथवा प्रतिसंस्कृत चरकसंहिता के तद्विषयक प्रसंगों के साथ देखा जा सकता है। इसमें द्वादशविध करण तथा सूक्ष्मशरीर अथवा आतिवाहिक शरीरविषयक मत द्रष्टव्य हैं। इस विवेचन के फलस्वरूप यह निर्धारित होता है कि आयुर्वेद, व्याकरण, योगशास्त्र पर विभिन्न रचना करनेवाला एक पतंजलि नामक व्यक्ति अवश्य हुआ जो शुंगवंशीय पुष्यमित्र का समकालिक था।[1]

कई विद्वानों ने पातंजल-योगसूत्रों को षड्दर्शनों में सर्वाधिक प्राचीन बताया है एवं यह अभिमत व्यक्त किया है कि योगसूत्रों की रचना बौद्धयुग से पहले लगभग 700 ई० पू० में हो चुकी थी। किन्तु राधाकृष्णन् आदि आधुनिक तत्त्वज्ञों के अनुसार 'योगसूत्र' का काल लगभग 300 ई० है।

आचार्य उदयवीर शास्त्री ने उस पतंजलि को शुंगवंशीय पुष्यमित्र का समकालिक माना है जिसने व्याकरण महाभाष्य, चरकसंहिता तथा योग पर व्याख्या-ग्रन्थ लिखा, परन्तु योगसूत्रकार पतंजलि इससे अत्यन्त प्राचीन हैं। महाभारत में उपलब्ध विवरण से प्रतीत होता है, योगसूत्रकार पतंजलि महाभारतकालिक कृष्णद्वैपायन वेदव्यास से भी पूर्ववर्ती आचार्य हैं। पातंजलयोगसूत्रों के प्रामाणिक भाष्यकार कृष्णद्वैपायन वेदव्यास हैं। योगसूत्रों के व्याख्याग्रन्थ तथा व्यासभाष्य के कई प्रतिष्ठित टीकाकार सर्वविदित हैं।

इस प्रकार यह वैदिक योगपरम्परा अक्षुण्णरूप से आज तक वर्तमान है। इन सब गुरुओं का गुरु वही एकमात्र परमात्मा (हिरण्यगर्भ) है जिसने वेदों में मनुष्यमात्र के लिए योगविद्या का ज्ञान दिया। उस योगविद्या का चिन्तन-मनन कर प्रस्तुतीकरण का ही यह सामान्य प्रयास है। ▭

1. द्रष्टव्य—पातंजलयोगदर्शनम्, पतंजलि विवरण, पृ० 31, प्रथम स्कन्ध, 1978

उपनिषदों में योग

(लेखक श्री स्वामी श्रीरघुवराचार्यजी महाराज)

'योग' शब्द का सामान्य अर्थ है 'सम्बन्ध'। परन्तु महर्षि पतंजलि के सिद्धान्तानुसार चित्त की वृत्तियों का वास्तविक निरोध करना ही योग है और यह योग ही कैवल्यमुक्ति का सर्वोत्तम साधन है। यह योग सांख्यशास्त्रीय योग से विलक्षण नहीं है—दोनों की एकता ही मानी जाती है परन्तु गीता में जो 'सांख्ययोगौ पृथग्बाला: प्रवदन्ति न पण्डिता:' इत्यादि श्लोक आये हैं, उनमें सांख्य और योग शब्दों का आशय भिन्न है। गीता में 'सांख्य' से 'संख्यया बुद्ध्यावधारणीयमात्मतत्त्वम्'—संख्या से अर्थात् बुद्धि से धारण करने योग्य आत्मतत्त्व अर्थात् ज्ञान का अभिप्राय है, और 'योग' से कर्मयोग का। यहाँ कापिल सांख्य और पातंजल योग का कोई प्रकरण नहीं है।

यहाँ सांख्य और योग शब्दों से ज्ञान और कर्मयाग का ग्रहण किया गया है। सांख्य और योग दोनों में स्वरूप-भेद तो अवर्जनीय है, पर उभयसाध्य फलांश में अभेद होने के कारण यह कहा गया है कि, "सांख्य और योग को बालक ही पृथक् कहते हैं, पण्डित नहीं, क्योंकि दोनों में से एक का भी जो अच्छे प्रकार से अनुष्ठान किया जाए तो दोनों का ही फल प्राप्त हो जाता है। जो स्थान (मोक्षाख्य फल) ज्ञान से प्राप्त किया जा सकता है वही योग (निष्काम कर्मयोग) से भी प्राप्त होता है।" यद्यपि याग-दानादि कर्म फलासक्ति और अहंकारबुद्धि से अनुष्ठित होने पर ज्ञानलभ्य फल को नहीं दे सकते, तथापि निष्कामबुद्धि से अर्थात् भगवदर्पणबुद्धि से उनका अनुष्ठान करने से वही फल सुलभ होता है। इसके अतिरिक्त भगवत्परिचर्या आदि सत्कर्मों का भी यहाँ ग्रहण है। यही श्रीगीताचार्य भगवान् का तात्पर्य है।

योग शब्द मनोनिरोध का वाचक है, और मनोनिरोध के बिना ज्ञान, भक्ति और नित्यादि सत्कर्म सभी व्यर्थ होते हैं। अतएव परम पुरुषार्थ के प्रतिपादक उपनिषदादि में योग शब्द का प्रयोग दोनों अर्थों में समंजस होता है और इसी आशय की पूर्ति के लिए प्रायः सभी उपनिषदों में योग का प्रधान रूप से वर्णन है। कुछ उपनिषदों में तो योग का महत्त्व अन्य साधनों की अपेक्षा बहुत ही चढ़ा-बढ़ा देखा जाता है। सायुज्यमुक्ति को ही उपनिषदों में वास्तविक मुक्ति कहा गया है। इस मुक्ति की प्राप्ति जैसे ज्ञान और परा-भक्ति से होती है, ठीक वैसे ही योग से भी होती है। इसमें लेशमात्र भी सन्देह नहीं है। तात्पर्य यह है कि ज्ञान, पराभक्ति और योग ये शब्द भगवत्प्राप्ति के चरम साधन के बोधक हैं। अतः इनका उल्लेख मोक्षसाधनतया ही उपनिषदों में आता है। इसका स्पष्टीकरण भिन्न-भिन्न उपनिषदों के दृष्टान्तों से किया जाता है। श्वेताश्वतरोपनिषद् के द्वितीयाध्याय में योग का बहुत अच्छा विवेचन है। यहाँ योग का सर्वोत्तम फल बताया है और यौगिक क्रियाओं का भी वर्णन है। यथा—

> प्राणान् प्रपीड्येह स युक्तचेष्टः क्षीणे प्राणे नासिकयोच्छ्वसीत।
> दुष्टाश्वयुक्तमिव वाहमेनं विद्वान् मनो धारयेताप्रमत्तः॥
> समे शुचौ शर्करावह्निवालुका-विवर्जिते शब्दजलाश्रयादिभिः।
> मनोऽनुकूले न तु चक्षुपीडने गुहानिवाताश्रयणे प्रयोजयेत्॥
> लघुत्वमारोग्यमलोलुपत्वं वर्णप्रसादं स्वरसौष्ठवं च।
> गन्धः शुभो मूत्रपुरीषमल्पं योगप्रवृत्तिं प्रथमां वदन्ति॥ (श्वेता०, 2-10-13)

"प्राणों का आयाम करके खूब तत्परता के साथ शुद्ध प्राणवायु हो जाने पर नासिका से उच्छ्वास ले। जैसे

सारथी दुष्ट घोड़ों की लगाम को खींचकर उनका नियन्त्रण करता है, वैसे ही योगी को अप्रमत्त होकर मन का निग्रह करना चाहिए।"

"सम और शुचि, कंकड़ियों से रहित, आग और बालू से वर्जित, तथा शब्द, जल और आश्रय के द्वारा मन के अनुकूल लगने वाला, जहाँ चक्षु को पीड़ा देने वाली कोई वस्तु न हो, ऐसा तथा गुहा-सा एकान्त और निर्वात स्थान चुनकर वहाँ योगाभ्यास करें।"

"शरीर का हलका होना, आरोग्य, अलोलुपता, नेत्रों को प्रसन्नता देने वाली शरीरकान्ति, मधुर स्वर, शुभ गन्ध, मलमूत्र की कमी, ये लक्षण प्रथमा योगप्रवृत्ति के हैं।"

योग के साधक को फल का निर्देश भी श्रुति ने इस प्रकार किया है—

न तस्य रोगो न जरा न मृत्युः प्राप्तस्य योगाग्निमयं शरीरम् ॥ (2-12)

"योगाग्निमय शरीर जिसको प्राप्त होता है, उसे कोई रोग नहीं होता, बुढ़ापा नहीं आता और मृत्यु भी नहीं होती।"

इसी प्रकार कठोपनिषद् में यमराज ने ऋषिकुमार नचिकेता को उपदेश देते हुए योग से अमृतपद की प्राप्ति बताई है—

अध्यात्मयोगाधिगमेन देवं मत्वा धीरो हर्षशोकौ जहाति ॥ (कठ 1-2-12)

"उस परमदेव को अध्यात्मयोग के ज्ञान से भली प्रकार जानकर साधक हर्ष-शोक को त्याग देता है।"

तां योगमिति मन्यन्ते स्थिरामिन्द्रियधारणाम्। अप्रमत्तस्तदा भवति योगो हि प्रभावाप्ययौ ॥ कठ० (2-6-11)

"इन्द्रियों की स्थिर धारणा (संयमन) को ही योग कहते हैं। इसके साधन से मुमुक्षु अप्रमत्त होता है और उसका योग इष्टोत्पादक और अनिष्टनिवारक होता है।"

मुण्डकोपनिषद् में भी योग का महत्त्व बहुत वर्णन किया है—

ते सर्वगं सर्वतः प्राप्य धीरा युक्तात्मानः सर्वमेवाविशन्ति ॥
वेदान्तविज्ञानसुनिश्चितार्थाः संन्यासयोगाद्यतयः शुद्धसत्त्वाः।
ते ब्रह्मलोकेषु परान्तकाले परामृतात्परिमुच्यन्ति सर्वे ॥ (मु० 3-2-5-6)

"वे धीर युवात्मा (योगी) सर्वत्र सर्वव्यापी ब्रह्म को पाकर उस सर्व में ही प्रवेश करते हैं। वेदान्तविज्ञान अर्थ (परमात्मा) जिनके चित्त में सुनिश्चित हो चुका है, जो संन्यासयोग से यत्नवान और शुद्धसत्त्व हो गए है वे सब ब्रह्मलोक में परान्तकाल में परमामृत होकर मुक्त होते हैं।"

इसी प्रकार भृगुवल्ली में भी योगानुष्ठान से ही परमानन्द की प्राप्ति स्पष्ट रीति से कही गई है। वरुण के पुत्र भृगु ने अपने पिता के समीप जाकर यह प्रश्न किया—"अधीहि भगवो ब्रह्मेति' हे भगवान्! कृपा करके ब्रह्मोपदेश कीजिए। इस प्रश्न को सुनकर वरुण भगवान् ने उपदेश किया कि, 'तपसा ब्रह्म विजिज्ञासस्व। तपो ब्रह्मेति।" हे पुत्र! तुम तप करो और उससे ब्रह्म को जानो, तप ही ब्रह्म है। "स तपोऽतप्यत। स तपस्तप्त्वा आनन्दो ब्रह्मेति व्यजानात्। उसने तप किया और तप करके, 'आनन्द ही ब्रह्म है,' यह जाना। इस श्रुति में तप का वारंवार वर्णन आया है। तप योगान्तर्गत (योग का एक अंग) है। इस तप के अनुष्ठान से ही ब्रह्मस्वरूप की उपलब्धि होती है। इस प्रकार तैत्तिरीय उपनिषद् का भी योगानुष्ठान से तात्पर्य है।

सामवेद की छान्दोग्य श्रुति है, इसमें भी योगानुष्ठान को प्रधानरूप से कहा है। अष्टम प्रपाठक में ब्रह्मचर्य धारण करने से ही ब्रह्मप्राप्ति का निर्णय करती हुई श्रुति भगवती यह कहती है कि—

"तद्य एवैतं ब्रह्मलोकं ब्रह्मचर्येणानुविंदति तेषामेवैष ब्रह्मलोकस्तेषां सर्वेषु लोकेषु कामचारो भवति ।"

"जो इस ब्रह्मलोक को ब्रह्मचर्य-साधना द्वारा प्राप्त करते हैं उनकी सब जगह अव्याहत रूप से इच्छानुसार गति होती है।" तात्पर्य यह है कि योग का एक अंग ब्रह्मचर्य भी है। यह ब्रह्मचर्य पाँच प्रकार के यमों में परिगणित है। इस के पालन से वेदांतवेद्य फल की प्राप्ति इस छांदोग्योपनिषद् में बतायी है । इस प्रकार इस अष्टम प्रपाठक के अन्त में "आत्मनि सर्वेन्द्रियाणि प्रतिष्ठाप्य" यह वाक्य है, इसका अर्थ है कि "सब इन्द्रियों को वशीकृत करके ब्रह्म-ध्यान-परायण हो जाये।" इन्द्रियों का वशीकार यौगिक उपायों के बिना होना कठिन ही नहीं, असम्भव है। इस प्रकार छान्दोग्य का हृदय भी योग से पूर्ण सम्बन्ध रखता है।

बृहदारण्यकोपनिषद् में भी योग का विशद वर्णन पाया जाता है—

"तस्मादेवंविच्छान्तो दान्त उपरतस्तितिक्षुः समाहितो भूत्वात्मन्येवात्मानं पश्यति ।" (बृहदा० 4-4-23)

अर्थात् "इस प्रकार जानने वाला इंद्रियों और मन का संयम करके उपरामवृत्ति धारण कर तितिक्षु होकर समाधिपरायण हो अपने अन्दर आत्मा को देखता है।" यह स्पष्टतया विधान किया है।

अन्य उपनिषदों में भी योग का विस्तृत वर्णन है। इनमें से कुछ उपनिषदों के वाक्य यहाँ उद्धृत किये जाते हैं।

"विविक्तदेशे च सुखासनस्थः शुचिः समग्रीवशिरःशरीरः ।" (कैवल्योपनिषद्)

"एकांत देश में शुचि होकर सुखासन से बैठ गर्दन, सिर और शरीर को सम करे।"

"यदि योन्याः प्रमुच्येऽहं तत्सांख्यं योगमभ्यसे ।" (गर्भोपनिषद्)

"यदि योनि से मैं मुक्त होऊँ तो सांख्ययोग का अभ्यास करूँ।"

"समाधिनिर्धूतमलस्य चेतसो निवेशितस्यात्मनि यत्सुखं लभेत् ।" (मैत्रायणी श्रुतिः)

"समाधि से मल जिसका निःशेष धुल गया है उस चित्त को आत्मा में निवेशित होने पर जो सुख मिलता है" उसकी बात कही है।

योगयुक्त्या तु तद्भस्म प्लाव्यमानं समन्ततः ।
शाक्तेनामृतवर्षेण ह्यधिकारान्निवर्तते ॥ (बृहज्जाबाल.)

"जो योगानुष्ठान के द्वारा शक्ति की अमृत-वर्षा से उस भस्म को चारों ओर से प्लावित कर देता है वह प्रकृति के अधिकार से मुक्त हो जाता है।"

इत्यादि उपनिषदों के अनेक वाक्यों में योग की महिमा प्रस्फुट देखी जाती है। इसके पश्चात् अमृतनादोपनिषद्, नादबिंदूपनिषद्, ध्यानबिंदूपनिषद्, योगतत्त्वोपनिषद्, योगचूडामण्युपनिषद्, योगशिखोपनिषद् और योगकुण्डल्युपनिषद् आदि उपनिषदों में तो योग का ही वर्णन और महत्त्व है। इनमें से एक का भी मनन कर लेने से जिज्ञासुजन के मन को पूर्ण समाधान मिलेगा और साथ-ही-साथ योग-विषयक गुप्त रहस्यों का परिज्ञान भी प्राप्त होगा। इन उपनिषदों को सद्गुरु के मुख से श्रवण करके मनन करना चाहिए। क्योंकि इनमें बहुत ही गुह्य क्रियाओं का वर्णन है। उनका शुद्ध ज्ञान क्रियावान् विद्वान् गुरु के बिना नहीं हो सकता। अतः उपनिषदों के बारम्बार पठन करने पर भी गूढ़ाशय-परिज्ञान के लिए मर्मज्ञ की आवश्यकता रह ही जाती है। योग के प्रत्येक अंग के विषय में इन उपनिषदों में कहा गया है। कुछ उदाहरण यहाँ उपस्थित किए जाते हैं। नादबिन्दूपनिषद् में नाद के स्वरूप को दिखाते हुए यह कहा है कि—

सर्वचिन्तां समुत्सृज्य सर्वचेष्टाविवर्जितः ।
नादमेवानुसंदध्यान्नादे चित्तं विलीयते ।
नादासक्तं सदा चित्तं विषयं नहि काङ्क्षति ॥

"सारी चिन्ता और सब काम छोड़कर नाद का ही अनुसंधान करे, इससे नाद में चित्त का लय हो जाता है और वह नादानुविद्ध चित्त अन्य किसी विषय की आकांक्षा नहीं करता।" नाद ही ब्रह्म है, इसी में मन को लीन करना चाहिए। ध्यानबिन्दूपनिषद् में लिखा है—

यदि शैलसमं पापं विस्तीर्णं बहुयोजनम् । भिद्यते ध्यानयोगेन नान्यो भेदः कदाचन ॥

"पर्वत के समान भी बहुयोजनविस्तीर्ण पापराशि हो तो वह सब ध्यान योग से नष्ट हो जाती है, और कोई उपाय नहीं है।" इस उपनिषद् में योग के छः अंग बताये हैं। यथा—

आसनं प्राणसंरोधः प्रत्याहारश्च धारणा। ध्यानं समाधिरेतानि योगांगानि भवन्ति षट् ॥

इन छः अंगों में ही पातंजलदर्शन के अष्टांगों का अन्तर्भाव समझना चाहिए। योगतत्त्वोपनिषद् में मन्त्रयोग, लययोग, हठयोग और राजयोग इस प्रकार चार प्रकार के योगों का स्वरूप, लक्षण और विवेचन बहुत अच्छे प्रकार से किया गया है। पातंजल योग का और इस औपनिषद् योग का ऐक्य ही यहाँ प्रस्फुट होता है। योगशिखोपनिषद् में तो योग मार्ग का बहुत ही सुन्दर स्पष्टीकरण किया गया है। आरम्भ में हिरण्यगर्भ का श्रीमहेश्वर से यही प्रश्न है कि, हे शंकर! इस दुःखमय संसार में सब जीव पड़े हैं और अपने कर्मों का सुख-दुःखात्मक फल भोग रहे हैं। इनकी मुक्ति किस सुगम उपाय से हो, यह कृपया बताइये! इसका श्रीशंकरजी ने यही उत्तर दिया है कि "कर्मबन्ध से मुक्त होने का उपाय कोई ज्ञान और कोई योग कहते हैं, परन्तु मेरा मत तो यह है कि—

योगहीनं कथं ज्ञानं मोक्षदं भवतीह भोः। योगोऽपि ज्ञानहीनस्तु न क्षमो मोक्षकर्मणि ॥ तस्माज्ज्ञानं च योगं च मुमुक्षुर्दृढमभ्यसेत्।

"योगहीन ज्ञान और ज्ञानहीन योग कभी भी मोक्षप्रद नहीं होता। इसलिए ज्ञान और योग इन दोनों का ही मुमुक्षु को दृढ़ता के साथ अभ्यास करना चाहिए।" इससे यही सिद्ध हुआ कि बन्धनिवृत्ति के लिए साध्य-साधन भाव से योग और ज्ञान इन दोनों को स्वीकार करना चाहिए।' इस उपनिषद् में यह भी कहा है कि—

योगशिखां महागुह्यं यो जानाति महामतिः। न तस्य किञ्चिदज्ञातं त्रिषु लोकेषु विद्यते ॥

"इस 'योगशिखा' को जो महामति साधक जानता है उसको तीनों लोक में कुछ भी अज्ञात नहीं रहता।" इस प्रकार योग के रहस्यों को जानने वाला सर्वज्ञ हो सकता है, यही इस वाक्य का सार है।

उपनिषदों का पूर्णतया मनन करने पर हम इसी निष्कर्ष पर आते हैं कि बिना यौगिक साधनों के हमारी पारमार्थिक प्रवृत्ति अधूरी ही रहती है। समस्त उपनिषदों में किसी न किसी रूप से योग का समर्थन करते हुए उसको उपादेय बताया है। योग शब्द एक सामान्य शब्द है। वह विशेष पद के समीप होने से अनेक अर्थों का बोधक है। उपनिषदों में साधन रूप से ग्राह्य जो अनेक सिद्धांत हैं उनको किसी न किसी रूप से योग कहा जा सकता है। जैसे ज्ञान योग, भक्तियोग, मन्त्रयोग, लययोग, क्रियायोग, ध्यानयोग, जपयोग, समाधियोग आदि। योगमार्ग ही भगवत्प्राप्ति का एक मार्ग है, क्योंकि यौगिक प्रक्रिया के अनुसार ही मनोनिरोध हो सकता है और सब प्रकार के साधनों में मन का स्थैर्य पूर्णतया अपेक्षित है। अतः उपनिषदों का तात्पर्य योगानुष्ठानपूर्वक ही मुक्ति की प्राप्ति से है। ऐसा कोई मार्ग मोक्ष साधन का नहीं है जिस मार्ग में योगांगों की आवश्यकता न पड़ती हो। इसलिए जिस प्रकार दूध में घृत समाया हुआ है और माता के उपदेशों में बालक का हित भरा हुआ है, उसी प्रकार उपनिषदों में योग समाया हुआ है। योग शब्द अनेक प्रकार से उपनिषदों में व्यवहृत किया गया है। परन्तु सबका तात्पर्य मुक्ति-साधन स्वरूप से एक ही है। इससे यह निर्विवाद सिद्ध है कि योग और उपनिषदों का प्रतिपाद्य-प्रतिपादकत्वादिरूप से घनिष्ठ सम्बन्ध है।

गीता का योग

(लेखक—श्रीगीतानन्दजी शर्मा)

श्री गीतामाहात्म्य में कहा है—सर्वोपनिषदो गावो दुग्धं गीतामृतं महत् ।।

अर्थात् 'गीतामाहात्म्यकार' की सम्मति में गीता केवल उपनिषद् ही नहीं, किन्तु उपनिषदों की भी उपनिषद् है। गीता के उपनिषद् होने में यह प्रमाण अवश्य ही बहिर्भूत है। अन्तर्भूत प्रमाण गीता के प्रत्येक अध्याय के अन्त में कहा जाने वाला वाक्य है—अर्थात् 'इति श्रीमद्भगवद्गीतासु उपनिषत्सु—' इत्यादि। इस पर यदि यह शंका हो कि यह वाक्य गीताकार का ही है—इस बात का कोई प्रमाण नहीं हो सकता है कि किसी और का हो, तो इसका अति सरल और सोपपत्तिक निराकरण यह है कि गीता के उपसंहार में संजय ने 'इत्यहं वासुदेवस्य' (18-74) इत्यादि से 'तच्च संस्मृत्य संस्मृत्य।' (18-77) तक जो चार श्लोक कहे हैं उन्हीं के आधार पर 'इति श्रीमद्भगवद्गीतासु उपनिषत्सु—' इत्यादि वाक्य की रचना हुई है, यह बात उन श्लोकों के साथ इस वाक्य को मिलाकर देखने से स्पष्ट ही प्रतीत हो जाएगी। वें चार श्लोक ये हैं—

इत्यहं वासुदेवस्य पार्थस्य च महात्मनः। संवादमिममश्रौषमद्भुतं रोमहर्षणम् ।। 74 ।।
व्यासप्रसादाच्छुतवानेतद गुह्यमहं परम्। योगं योगेश्वरात्कृष्णात्साक्षात्कथयतः स्वयम् ।। 75 ।।
राजन् संस्मृत्य संस्मृत्य संवादमिममद्भुतम्। केशवार्जुनयोः पुण्य हृष्यामि च मुहुर्मुहुः ।। 76 ।।
तच्च संस्मृत्य संस्मृत्य रुपमत्यद्भुतं हरेः। विस्मयो मे महान् राजन् हृष्यामि च पुनः पुनः ।। 77 ।।

1. इति — — इत्यहमश्रौषम्
2. श्रीमत् — — रूपमद्भुतम्
3. भगवत् — — साक्षात् योगेश्वरात्
4. गीतासु — — कथयतः
5. उपनिषत्सु — — परम्
6. ब्रह्मविद्यायां — — गुह्यम्
7. योगशास्त्रे — — योगम्
8. श्री — — महात्मनः
9. कृष्णार्जुन — — केशवार्जुनयोः
10. संवादे — — संवादम्
11. (अमुक) योगो नाम— — हृष्यामि मुहुर्मुहुः
12. (अमुक) अध्यायः — — संस्मृत्य संस्मृत्य

इस अन्तःस्थ प्रमाण से गीता का उपनिषद् होना निर्विवाद सिद्ध है। इस पर यह आपत्ति हो सकती है कि उपनिषद् होने पर भी ऋषि-गीत न होने से आर्ष उपनिषद् नहीं है—भागवत उपनिषद् है। यह तो इष्टापत्ति ही है। इससे इसका उपनिषदों की भी उपनिषद् होना सिद्ध हुआ।

गीता का प्रतिपाद्य विषय योग है। भगवान् का ही वचन है—इमं विवस्वते योगं प्रोक्तवानहमव्ययम्।
'यह योग हमने विवस्वान से कहा था।'

संजय भी साक्षी हैं—'व्यासप्रसादाच्छ्रुतवान्—योगम्'—व्यासदेव की कृपा से मैंने यह योग सुना।' इसलिए इस लेख में उपनिषद् की दृष्टि से 'योग' शब्द का ही विचार करें।

परमात्मा ने 'अग्रे' सृष्टिविषयक जो 'ईक्षण' किया उसका स्वरूप यह था—'एकोऽहं बहु स्यां प्रजायेय।' अर्थात मैं एक हूँ, बहुत होऊँ, शरीर धारण करूँ।

इस संकल्प के 'बहु स्याम' अंश की पूर्ति हुई, तब 'बहुत्व' की—'संख्या' की सृष्टि हुई—अनेक जीव उत्पन्न हुए। अथवा यों कहिए कि भगवान् एक थे, अब अनेक हुए। यह भगवान् का 'संख्या' के साथ योग हुआ। भगवान् अनेक हैं, अनेक होते हुए भी एक हैं। यह भगवान् का 'सांख्ययोग' है। भगवान् ने अर्जुन को पहले यही 'सांख्य बुद्धिः' दी। इसी का नामान्तर सात्त्विक 'कर्मचोदना' है। इस सात्त्विक ज्ञान की दृष्टि से नानात्व मिथ्या है। राजस ज्ञान की दृष्टि से वह सत्यवत् प्रतीत होता है। वस्तुतः, 'नायं हन्ति न हन्यते'—यही सिद्धांत है।

परमात्मा के संकल्प के शेष अंश 'प्रजायेय' की जब पूर्ति हुई तब आत्मा का शरीर से योग हुआ। और फिर—

तत्सृष्ट्वा तदेवानुप्राविशत्। सच्च त्यच्चाभवत्। निरुक्तं चानिरुक्तं च। निलयनं चानिलयनं च। विज्ञानं चाविज्ञानं च। सत्यं चानृतं च।

"उसका सृजन कर उसमें परमात्मा ने प्रवेश किया। वह सत् भी हुआ और असत् भी हुआ, निरुक्त भी और अनिरुक्त भी, निलयन भी और अनिलयन भी, सत्य भी और असत्य भी।"

अर्थात् क्रमसे अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनन्दमय शरीरपञ्चक में प्रवेश करके भी—उपनिषद् की भाषा में 'शारीर आत्मा' होकर भी—वह अन्नमयातीत, प्राणमयातीत, मनोमयातीत, विज्ञानमयातीत और आनन्दमयातीत बने रहे। ब्रह्मसूत्र के शारीरकभाष्य में इसकी विशेष मीमांसा है।

यह परमात्मा का शरीर के साथ योग है। गीता में इसे केवल 'योग' कहा है। यथा—

बुद्धिर्ज्ञानमसंमोहः क्षमा सत्यं दमः शमः। सुखं दुःखं भवोऽभावो भयं चाभयमेव च ॥ 4 ॥
अहिंसा समता तुष्टिस्तपो दानं यशोऽयशः। भवन्ति भावा भूतानां मत्त एव पृथग्विधाः ॥ 5 ॥
महर्षयः सप्त पूर्वे चत्वारो मनवस्तथा। मद्भावा मानसा जाता येषां लोक इमाः प्रजाः ॥ 6 ॥

दशमाध्याय के इन श्लोकों में प्रजा की प्रवृत्ति और सृष्टि कथन करके इसे ही इसके बाद के श्लोक में 'योग' कहा है—

एतां विभूतिं योगं च मम यो वेत्ति तत्त्वतः। सोऽविकम्पेन योगेन युज्यते नात्र संशयः ॥ 7 ॥

नवमाध्याय के—

मत्स्थानि सर्वभूतानि न चाहं तेष्ववस्थितः। न च मत्स्थानि भूतानि पश्य मे योगमैश्वरम् ॥ 5 ॥

इस श्लोक में, तथा दशमाध्याय के—

विस्तरेणात्मनो योगं विभूतिं च जनार्दन। भूयः कथय तृप्तिर्हि शृण्वतो नास्ति मेऽमृतम् ॥ 18 ॥

—इस श्लोक में 'योग' शब्द उसी औपनिषदार्थ में प्रयुक्त हुआ है।

तात्पर्य कि उपनिषद् और गीता में, एक समयावच्छेदेन एक और अनेक, सशरीर और अशरीर होना ही 'योग' शब्द का मुख्यार्थ है।

विवक्षा के अनुसार तथा प्रसंगानुरोध से गीता के विशेष स्थलों में 'योग' शब्द का यही अर्थ अभिप्रेत है। भिन्न-भिन्न स्थानों में भिन्न-भिन्न प्रकार से कथित होने पर भी गीतोक्त योग का लक्षण मूलतः एक ही है।

योगस्थः कुरु कर्माणि संगं त्यक्त्वा धनंजय। सिद्ध्यसिद्ध्योः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते ॥ (2-48)
बुद्धियुक्तो जहातीह उभे सुकृतदुष्कृते। तस्माद्योगाय युज्यस्व योगः कर्मसु कौशलम् ॥ (2-50)
तं विद्याद् दुःखसंयोगवियोगं योगसंज्ञितम्। स निश्चयेन योक्तव्यो योगोऽनिर्विण्णचेतसा ॥ (6-23)

—इत्यादि श्लोकों में भी 'योग' शब्द का प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष भाव से वही एक ही अर्थ है।

भूतभावोद्भवकरो विसर्गः कर्मसंज्ञितः ॥ (8-3)

यह सृष्टि, स्थिति, संहार करना भगवान् का 'कर्म' है। यह उनका कर्मयोग है। इसको गीता में 'आत्मयोग' भी कहा है—

मया प्रसन्नेन तवार्जुनेदं रूपं परं दर्शितमात्मयोगात्। (11-47)

"मैंने प्रसन्न होकर आत्मयोग से अपना परमरूप तुम्हें दिखाया।"

आत्म रूप से अविकृत रहते हुए भी अनात्मजगत् से अभिन्न रहना ही भगवान् का योग है। गीतोपनिषद् के 'योगेश्वर' और 'योगमाया' शब्द भी वेदान्तसूत्र के ईश्वर और माया की अपेक्षा बहुत अधिक अन्वर्थक हैं। इनके गूढार्थ की सूक्ष्म मीमांसा करने से 'योग' शब्द का अर्थ और भी खुल जाता है।

तब योग क्या है? ब्रह्म का माया के साथ युगपत् संयोगवियोग ही योग है।

बौद्ध धर्म में योग

(लेखक—डा० श्रीविनयतोष भट्टाचार्य, एम० ए० पी-एच० डी०)

साधारण बोलचाल में तथा शास्त्रीय भाषा में भी 'योग' शब्द का अर्थ मेल अथवा सम्बन्ध जोड़ना है। पारिभाषिक भाषा में योग उस दर्शनशास्त्र को कहते हैं जिसका ध्येय है जीवात्मा या व्यष्टि चेतन का परमात्मा या समष्टिचेतन के साथ, अथवा यों कहिए कि जीव का ईश्वर के साथ, सम्बन्ध स्थापित करना। बौद्धग्रन्थों में 'जीवात्मा' और 'परमात्मा' शब्द का प्रयोग नहीं हुआ है, उनके स्थान में 'बोधिचित्त' और 'शून्य' शब्द व्यवहृत हुए हैं। बौद्धशास्त्र में 'बोधिचित्' एक प्रकार से जीवात्मा अथवा व्यष्टि चेतन का ही वाचक है और शून्य' परमात्मा अथवा समष्टि चेतन का पर्याय है जिसमें 'शून्य,' 'विज्ञान' और 'महासुख' ये तीन गुण माने गए हैं।

योग एक विशुद्ध रहस्यमय शास्त्र है जिसका आधार केवल निजी अनुभव है और भारतवर्ष में अति प्राचीन काल से लोग यह मानते आए हैं कि सिद्धिप्राप्ति अथवा मोक्षलाभ का योग एक बलवान् साधन है। जो लोग तर्क की कसौटी से इस बात की परीक्षा करना चाहते हैं कि योग शास्त्र में वर्णित सिद्धियों में से कोई-सी भी योग के द्वारा प्राप्त हो सकती है या नहीं, अथवा उसके द्वारा जीवात्मा का परमात्मा के साथ सम्बन्ध स्थापित हो सकता है या नहीं, उन्हें सम्भवतः निराश ही होना पड़ेगा। क्योंकि तर्क के द्वारा विश्व के रहस्यों के एक सूक्ष्मतम अंश का ही उद्घाटन हो सकता है और यह शास्त्र अलौकिक है, अतः तर्क की यहाँ तक पहुँच नहीं है। कदाचित् ऐतिहासिक युग के पूर्व से ही भारतीय जिज्ञासुओं का तर्क से समाधान नहीं हो सका और इसलिए यह देखने में आता है कि उन्होंने सूक्ष्म अन्तर्दृष्टि एवं अलौकिक साधनों से प्रकृति के रहस्यों के भीतर प्रवेश करने की चेष्टा की है जिससे वे तर्क के द्वारा नहीं, अपितु अपने निजी अनुभव के सहारे उनका पता लगा सकें। उनकी दृष्टि में रहस्यवाद तर्क की परिधि को लाँघ जाता है।

भगवान् बुद्ध के जीवनकाल में योग का सिक्का जम चुका था। लोग इस बात की परवा न करके कि दार्शनिक गुत्थियों को सन्तोषप्रद रीति से सुलझाने का कोई और मार्ग भी है या नहीं, योग का साधन किया करते।

उदाहरणतः हम जानते हैं कि स्वयं बुद्ध भगवान् घर छोड़कर बोधगया के निर्जन वन में जाते हैं और वहाँ 'आस्फानक समाधि' का अभ्यास करते हुए शरीर को इस प्रकार कसते हैं कि उनका आहार घटते-घटते चावल के एक दाने पर पहुँच जाता है। उन्हें बोध भी हुआ; किन्तु वह किस साधन से हुआ, उनकी ऐकान्तिक तपोनिष्ठा से अथवा तपस्या के साधन को छोड़ देने से ? यह विचारणीय है। भगवान् बुद्ध के प्रसंग हैं तो, जो ईसामसीह से लगभग 600 में वर्ष पूर्व हुए थे, यही कहना पड़ेगा कि तर्क को नीचा देखना पड़ा और रहस्यवाद की विजय हुई। बुद्ध ने अपने युग के सभी प्रसिद्ध तार्किकों एवं दार्शनिकों के सामने अपनी शंकाएँ रक्खीं, किन्तु किसी के उत्तरों से उनका समाधान नहीं हुआ। उन्हें तो आत्मनिरीक्षण एवं तपश्चर्या से ही सिद्धि प्राप्ति हुई और इसी का उन्होंने उपदेश दिया।

इसमें कोई आश्चर्य नहीं है कि बहुत से जिज्ञासुओं और श्रद्धालु पुरुषों ने बुद्ध के उदाहरण से उत्साहित होकर उन्हीं साधनों को करना प्रारम्भ कर दिया जिनसे बुद्ध को सिद्धि प्राप्त हुई थी। उस समय के इतिहास से यह पता चलता है कि भगवान् बुद्ध के कतिपय शिष्यों ने उन्हीं साधनों का सम्यक् प्रकार से अनुष्ठान कर अनेक सिद्धियाँ प्राप्त की जिनसे उनके जीवन काल में ही उनकी बड़ी ख्याति हो गयी। आधुनिक विद्वानों का मत है कि योग-सूत्रों के प्रणेता महर्षि पतंजलि शुंगवंशीय महाराज पुष्यमित्र के समसामयिक थे जिनका काल ईसवी सन की दूसरी शताब्दी माना जाता है। उनका यह मत शंका से शून्य नहीं है, क्योंकि यह आवश्यक नहीं है कि व्याकरण महाभाष्यकार पतंजलि और योग सूत्रों के प्रणेता एक ही व्यक्ति रहे हों। जब पतंजलि ने ही पहले-पहल इस शास्त्र को सूत्रबद्ध किया और यदि वे बुद्ध के परवर्ती थे तो फिर बुद्ध को योग का ज्ञान कैसे हुआ और कैसे उन्होंने अपने युग के अच्छे-से-अच्छे तार्किकों से उन

का समाधान न हो सकने पर उस योग का अभ्यास किया ?

जब बहुत से जिज्ञासु, श्रद्धालु एवं विशिष्ट पुरुष किसी साधना में प्रवृत्त होते हैं तो उनका यह आवश्यक कर्तव्य हो जाता है कि वे एक-दूसरे के अनुभवों का मिलान करें और इस प्रकार उन साधनों को शास्त्र का रूप दें। यह काम महर्षि पतंजलि के हिस्से पड़ा था (चाहे वे जो कोई रहे हों) जिन्होंने योगसूत्र में योगशास्त्र की उपयोगिता को सिद्ध करने के लिए अनेक प्रमाण दिए और सिद्धि प्राप्त करने के क्रियासाध्य उपाय बतलाये। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में यह प्रतिज्ञा की है कि योगपद्धति की सहायता से साधक लोग कल्पनातीत सिद्धियों को प्राप्त कर सकते हैं, और मोक्ष लाभ भी कर सकते हैं जिससे सारे दुःखों की निवृत्ति हो जाती है और संसार के बन्धन से सदा के लिए छुटकारा मिल जाता है।

बौद्धधर्म ने योग के सिद्धान्तों को चुपचाप ग्रहण तो कर लिया, परन्तु उनका प्रचार जैसा ईसवी सन् की तीसरी शताब्दी में हुआ वैसा उससे पहले नहीं हुआ। किन्तु बौद्ध लोग निश्चेष्ट होकर नहीं बैठ रहे। उनका एक ऐसा दल था जो छिपकर राजयोग एवं हठयोग दोनों प्रकार के योगों की साधना किया करता था और उन लोगों ने अपने सामूहिक अनुभव की सहायता से उन साधनाओं को शास्त्र का रूप देकर एक ऐसी पद्धति का निर्माण किया जो पातंजल-योगपद्धति से बहुत-कुछ मिलती है, बल्कि यों कहना चाहिए कि दोनों में बहुत कम अन्तर है। (राज) योग और हठ योग की मूलभित्तिपर तन्त्रों का निर्माण हुआ और तन्त्रों की सहायता से यह शास्त्र सर्वांगपूर्ण बन गया।

बौद्धों की (राज) योग एवं हठयोग सम्बन्धी साधनाओं एवं क्रियाओं का स्पष्ट दिग्दर्शन हमें पहले पहल 'गुह्यसमाज' नामक तन्त्र से मिलता है और यह ग्रन्थ मेरे अनुमान से ईसवी सन् की तीसरी शताब्दी का लिखा हुआ है जिसके लिए मेरे पास अनेक प्रमाण हैं। यह ग्रन्थमाला (Gadkwad's Oriental Series) का 53 वाँ पुष्प है और जो लोग यह जानना चाहते हैं कि मेरे पास उसे तीसरी शताब्दी का लिखा हुआ मानने के लिए क्या प्रमाण हैं, उनसे मेरा अनुरोध है कि वे उक्त ग्रन्थ के साथ जोड़े हुए विस्तृत ग्रन्थपरिचय को ध्यानपूर्वक पढ़ें।

उक्त ग्रन्थ का अठारहवाँ अध्याय इस दृष्टि से बड़े महत्त्व का है कि उससे हमें बौद्धधर्म में प्रचलित योग-साधनाओं का तथा उनके उद्देश्य एवं प्रयोजन का वास्तविक परिचय मिलता है। इस अध्याय में केवल उन पारिभाषिक शब्दों की व्याख्या की गयी है जिनका बौद्धतन्त्रों में बहुत अधिक प्रयोग हुआ है। 'उपाय' शब्द की व्याख्या करते हुए ग्रन्थकार लिखते हैं कि उपाय के सेवा, उपसाधन, साधन एवं महासाधन ये चार भेद हैं। इनमें से सेवा के सामान्य सेवा और उत्तम सेवा इस प्रकार दो अवान्तर भेद बताये गए हैं। सामान्य सेवा का दूसरा नाम वज्रचतुष्टय है और उत्तम सेवा को 'ज्ञान सुधा कहा गया है। किसी देवताविशेष के साक्षात्कार की चतुर्विध प्रक्रिया का नाम वज्रचतुष्टय है और उनका क्रम नीचे लिखे अनुसार है—(1) शून्यताप्रत्यय (2) शून्यता का बीजमन्त्र के रूप में परिणाम, (3) बीजमन्त्र का देवता के आकार का बन जाना और (4) देवता का विग्रह रूप में प्रकट होना।

उत्तम सेवा का स्वरूप बताते हुए गुह्यसमाजकार कहते हैं कि इस सेवा में सिद्धि प्राप्त करने के लिए षडंग-योग का साधन करना चाहिए। योग के इन छः अंगों के नाम उसी ग्रन्थ में इस प्रकार उल्लिखित हैं—(1) प्रत्याहार (2) ध्यान, (3) प्राणायाम, (4) धारणा, (5) अनुस्मृति और (6) समाधि।

प्रत्याहार उस क्रिया का नाम है जिसके द्वारा इन्द्रियों का निग्रह किया जाता है। पाँच ध्यानी बुद्धों के द्वारा पाँच इष्ट विषयों पर मन को स्थिर करने का नाम ध्यान है। इसका अर्थ सम्भवतः सत्ता (Being) के पाँच अवयवों अर्थात् रूप, वेदना, संज्ञा, संस्कार और विज्ञान पर, जो पाँच ध्यानी बुद्धों द्वारा अधिष्ठित हैं, मन को एकाग्र करना है। इस ध्यान के पाँच अवान्तर भेद बताए गए हैं जिनके नाम हैं वितर्क, विचार, प्रीति, सुख और एकाग्रता।

योग का तीसरा अंग है प्राणायाम। गुह्यसमाज के अनुसार प्राणवायु के निरोध का नाम ही प्राणायाम है और इस प्राणवायु को पंचभूतात्मक अथवा पंचविध ज्ञान का स्वरूप माना गया है। इनकी नासिका के अग्रभाग पर स्थित एक

पिण्ड के रूप में भावना की जाती है और फिर उनको पंचवर्णज्योति को प्रसारित करने वाले एक रत्न के रूप में ध्यान किया जाता है।

चौथे अंग का नाम धारणा है जिसमें उपासक को अपने इष्टमन्त्र का हृदय कमल में ध्यान करना होता है। धारणा से इन्द्रियों का निग्रह भी होता है; उनकी पुनः एक रत्न के रूप में भावना की जाती है और उसे प्राणविन्दु पर स्थापित किया जाता है। धारणा श्रद्धापूर्वक दीर्घकाल तक अभ्यास करने पर 'निमित्त' अथवा चमत्कारपूर्ण चिह्न दृष्टिगोचर होने लगते हैं। ये पाँच प्रकार के होते हैं। प्रारम्भिक अवस्था में मरीचिका (मृगतृष्णा) का चिह्न चित्ताकाश के सामने प्रकट होता है। दूसरी भूमिका में धुएँ का चिह्न और तीसरी में जुगुनुओं का चिह्न व्यक्त होता है, इसके बाद तुरन्त ही चौथा चिह्न प्रकाश का नजर आता है और अन्त में निरभ्र गगन के सदृश स्थिर प्रकाश का चिह्न दिखाई देता है।

गुह्यसमाज के अनुसार बौद्धयोग का पाँचवाँ अंग अनुस्मृति है। अनुस्मृति उस पदार्थ के अनवच्छिन्न ध्यान को कहते हैं जिसके निमित्त योगसाधना का प्रारम्भ किया गया है। अनुस्मृति का चिरकाल तक अभ्यास करने से प्रतिभास (revelation) की उत्पत्ति होती है। 'प्रज्ञा' और 'उपाय' इन दो तत्त्वों के संयोग से सृष्टि में स्थित समस्त पदार्थ एक पिण्ड के रूप में अभिव्यक्त होते हैं। उस एक पिण्ड के समस्त बाह्य प्रपंच का ध्यान करने से समाधिरूप अलौकिक ज्ञान की अविलम्ब उपलब्धि हो जाती है।

गुह्यसमाजतन्त्र के अठारहवें अध्याय में आगे चलकर उपसाधनों की व्याख्या की गई है। उस प्रसंग में यह लिखा है कि उपसाधन का साध्य देवता का साक्षात्कार है और साथ ही यह भी लिखा है कि उपसाधनों का अभ्यास लगातार छः महीने तक करना चाहिए और उसमें खान-पान तथा अन्य इच्छित पदार्थों के सम्बन्ध में किसी बन्धन की आवश्यकता नहीं है। यदि इस अवधि के भीतर उसे देवता का साक्षात्कार न हो तो साधक को चाहिए कि वह उसी अनुष्ठान को तीन वार करे। यदि इस पर भी देवता योगी के सामने प्रकट न हो और उसे बोधिलाभ न हो तब उसे अपने ध्येय की प्राप्ति के लिए हठयोग का अभ्यास प्रारम्भ कर देना चाहिए और इससे उसे अवश्य ही सर्वज्ञता प्राप्त होगी।

इस अवसर पर यह कौतूहलपूर्ण प्रश्न सामने आता है कि तन्त्र और हठयोग में परस्पर क्या सम्बन्ध है ? ऊपर कही हुई बातों से यही समझ में आता है कि गुह्यसमाजकार ने हठयोग देवता के साक्षात्कार का अन्तिम उपाय बताया है—जब अन्य किसी उपाय से ऐसा न हो सके तभी इसका अभ्यास करने को कहा गया है। इससे यह बात स्पष्ट रूप से ध्यान में आ जाती है कि तान्त्रिक उपसाधना का आधार हठयोग है और उत्तम सेवा का आलम्बन राजयोग है। इस प्रकार तन्त्र को राजयोग और हठयोग से पृथक् करना कठिन है। गुह्यसमाज में इस बात को खूब स्पष्ट कर दिया गया है कि तान्त्रिक साधना करने के लिए यह आवश्यक है कि साधक (राज) योग एवं हठयोग के रहस्यों से परिचित हो ले। अथवा, दूसरे शब्दों में यों कह सकते हैं कि तन्त्रशास्त्र के रहस्यों में प्रवेश कर उन्हें समझने की चेष्टा करने के पूर्व साधक को चाहिए कि वह पहले (राज) योग और हठयोग में निष्णात हो जाये। इन सब बातों से हम इस परिणाम पर पहुँचते हैं कि जो लोग अदीक्षितों को अथवा प्रारम्भिक साधकों को मन्त्रसाधना का उपदेश देते हैं अथवा जो स्वयं योग में निष्णात हुए बिना ही इस साधना को करने लग जाते हैं वे सर्वथा भूल में हैं और शास्त्रीय रहस्य से अपरिचित हैं।

इस बात को लोग भलीभाँति जानते हैं कि हठयोग विद्या में पारंगत होने के लिए बहुत समय अपेक्षित है। हठयोग के अभ्यास से मनुष्य ऐसे अनेकों कार्य कर सकता है जो साधारण मनुष्यों के लिए शक्य नहीं हैं। उदाहरणतः हठयोगी जब चाहे तब श्वास को निरोध कर सकता है तथा रक्त की गति को बन्द कर सकता है। वह कई दिनों तक ही नहीं, कई महीनों तक पृथ्वी के अन्दर समाधिस्थ होकर रह सकता है। कई हठयोगी अपनी अँतड़ियाँ तक बाहर निकाल लेते हैं। परन्तु एक सिद्ध हठयोगी ने, जिनसे मिलने का मुझे सौभाग्य प्राप्त हुआ था, मुझे स्वयं यह कहा कि हठयोगियों

को असाधारण शारीरिक शक्तियाँ अवश्य प्राप्त हो जाती हैं, किन्तु बिना तान्त्रिक साधना अथवा राजयोग का अभ्यास किये उन्हें मानसिक अथवा आध्यात्मिक शक्तियाँ प्राप्त नहीं हो सकतीं। इससे यह बात सिद्ध हो जाती है कि तान्त्रिक साधना उन्हीं लोगों के लिए अभिप्रेत है जो हठयोग के द्वारा प्राप्तव्य ध्येय से आगे बढ़ना चाहते हैं। किन्तु जब साधक को तान्त्रिक साधना से वाञ्छित सिद्धि प्राप्त होती न दीखे तो उसे समझ लेना चाहिए कि उसके स्थूल शरीर में इतने विकार भरे पड़े हैं कि उन्हें हठयोग द्वारा ही दूर करना होगा।

तन्त्र का प्रमुख अंग 'साधना' अर्थात् वह क्रिया है जिसके द्वारा उपासक अपने इष्टदेव का दर्शन करने के लिए उद्यु क्त होता है, जिस इष्टदेव से उसे वांछित सिद्धि प्राप्त होती है। साधक किसी एकान्त स्थान में जाकर 'साधन' नामक तान्त्रिक ग्रंथों में निर्दिष्ट विधि के अनुसार कुछ काल तक अपने इष्टदेवका ध्यान करता है। इस प्रकार के 212 साधन-ग्रंथों का एक संग्रह आलोचनात्मक पद्धति से सम्पादित होकर 'गायकवाड़ प्राच्यग्रंथमाला' में प्रकाशित हुआ है। इन साधन-ग्रंथों में उन आचार्यों ने जो पहले उन-उन देवताओं का कष्टसाध्य एवं अनुमानतः दोषयुक्त पद्धति से साक्षात्कार कर चुके थे, सरल-से-सरल एवं निर्भ्रान्त उपाय बताते हैं जिनके द्वारा साधक बिना भूल किये उसी ध्येय को सहज ही में प्राप्त कर सकता है। इन ग्रंथों के रचयिताओं का उन गोपनीय साधनों के प्रकाश करने में जिनसे उन्हें सिद्धि प्राप्त हुई थी कोई निजी स्वार्थ नहीं था। उन्होंने केवल मानवसमाज के हित की दृष्टि से अथवा एक ऐसी विद्या को अमर बनाने के उद्देश्य से ही ऐसा किया जिसके सम्बन्ध में उनकी यह धारणा थी कि इसे समुचित रीति से लेखबद्ध नहीं करेंगे तो उसका लोप ही हो जायगा।

जब साधक साधन-ग्रंथों में बतायी हुई किसी विधि के अनुसार, अतिशय श्रद्धापूर्वक एवं सुदीर्घकाल तक ध्यान करता है तब उसका इष्टदेव उसके सामने झलक दिखाने लगता है। सर्वप्रथम उस देवता का बीजमन्त्र उसके मनोगोचर होता है जिसका वह साक्षात्कार करने चला है। वह बीजमन्त्र शीघ्र ही एक अस्पष्ट-सा आकार धारण कर लेता है और आगे चलकर, जब साधना पूर्ण होने को होती है उस समय देवता की अमित सुषमायुक्त तेजोमय मूर्ति विविध वर्ण के मनमोहक वस्त्र धारण किए तथा ठीक उसी प्रकार की आकृति तथा शास्त्रास्त्र से सुसज्जित होकर, जैसा उस देवता के ध्यान में वर्णन होता है, उसके मानसिक नेत्रों के सामने आविर्भूत होती है। इस देवता का एक बार साक्षात्कार हो जाने पर वह उपासक को कभी नहीं छोड़ता, बल्कि बार-बार उस पर कृपावृष्टि करता रहता है और उसे अधिकाधिक सिद्धियाँ प्रदान करता रहता है। ये सिद्धियाँ उसे उस देवता के साक्षात्कार के फलस्वरूप मिलती हैं; परन्तु उस साक्षात्कार लाभ के लिए केवल तान्त्रिक साधना से ही काम नहीं चलता, अपितु उपासक के लिए यह आवश्यक है कि वह राज योग एवं हठयोग का भी ज्ञान एवं सिद्धि प्राप्त करें।

बौद्धयोग के परिशीलन के लिए आजीवन अध्ययन करने की आवश्यकता है। क्योंकि यह समुद्र की भाँति अगाध है। परन्तु निबन्ध में इस विषय को निःशेष करना मेरा उद्देश्य नहीं है, क्योंकि ऐसा करना मेरे लिए शरीर से भी सम्भव नहीं है। मैंने इस योग की कुछ दिशाओं का दिग्दर्शनमात्र कराया है और कुछ ऐसी बातों पर विशेष लक्ष्य कराया है जिनके विषय में बौद्ध और वैदिक योग में खासा मतभेद है, और जहाँ इन दोनों पद्धति का समन्वय कर देने से महान् फलसिद्धि हो सकती है।

अन्त में मैं पाठक एवं समीक्षक महोदयों को पुनः स्मरण दिलाना चाहता हूँ कि योगमार्ग एक रहस्यमार्ग है; इसके परिणामों को निजी अनुभव की कसौटी पर कसना होता है। योग चाहे वह बौद्धयोग हो अथवा वैदिकयोग, एक ऐसा विषय है जो मानव-तर्क की पहुँच के बाहर है।

जैन धर्म में योग विद्या

(लेखक—मुनि श्रीहिमांशुविजयजी न्यायसाहित्यतीर्थ)

भारत के वैदिक, बौद्ध और जैन मुख्य दर्शन हैं। ये तीनों आत्मा, पुण्य-पाप, परलोक और मोक्ष इन तत्त्वों को मानते हैं, इसलिए ये आस्तिकदर्शन[1] हैं। प्रस्तुत लेख में हम जैन दृष्टि से योग के विषय में कुछ लिखेंगे।

'योग' शब्द 'युज्' धातु से बना है। संस्कृत में 'युज्[2]' धातु दो हैं। एक का अर्थ है जोड़ना और दूसरे का है 'समाधि'। इनमें से 'जोड़ने' के अर्थ वाले 'युज' धातु को जैनाचार्यों ने प्रस्तुत योगार्थ में स्वीकार किया है।

मोक्षेण योजनादेव योगो ह्यत्र निरुच्यते। (श्रीयशोविजयकृता 'द्वात्रिंशिका' 10-1)

'मुक्खेण जोयणाओ जोगो' (श्रीहरिभद्रसूरिकृता 'योगविंशका' 1)

अर्थात् जिन-जिन साधनों से आत्मा की शुद्धि और मोक्ष का योग होता है, उन सब साधनों को योग कह सकते हैं।

पातंजलयोगदर्शन में योग का लक्षण 'योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः' कहा है। इसी लक्षण को उपाध्याय यशोविजयजी ने इस प्रकार और भी विशद किया है—

समितिगुप्तिधारणं धर्मव्यापारत्वमेव योगत्वम्। (पातंजलयोगदर्शनवृत्ति)

यतः समितिगुप्तीनां प्रपंचो योग उत्तमः। (योगभेदद्वात्रिंशिका 30)

अर्थात् मन, वचन, शरीरादि को संयत करने वाला धर्म-व्यापार ही योग है, क्योंकि यही आत्मा को उसके साध्य मोक्ष के साथ जोड़ता है।

योग का शुद्ध अंग

इस प्रकार सामान्यतः सभी धार्मिक अनुष्ठान योग के अंग हैं, तथापि विशेष रूप से तो मोक्ष-प्राप्ति के समीपतमवृत्ति पूर्व काल का ध्यान ही अव्यवहित उत्कृष्ट योग है। आचार्य भगवान् श्रीहरिभद्र सूरि ने 'योगदृष्टिसमुच्चय' में कहा है—

अतस्तु योगो योगानां योगः पर उदाहृतः। मोक्षयोजनभावेन सर्वसंन्यासलक्षणः ॥ 11 ॥

केवल उन ज्ञानी योगियों को, जिन्हें जीवन्मुक्त कहते हैं, मोक्षस्थिति प्राप्त करने के पूर्व मन, वाणी और शरीर की समस्त क्रियाओं का निरोध[3] (संक्षय) करना पड़ता है, सभी बाह्य पदार्थों का त्याग अर्थात् सर्वसंन्यास करना पड़ता है। मोक्ष प्राप्त करने में जब अ इ उ ऋ लृ पंचह्रस्वाक्षरउच्चारप्रमित काल शेष रहता है उस समय का जो शुक्ल ध्यान[4] है वही सच्चा मोक्षसाधन अर्थात् योग है। इस अवस्था में स्थित योगी ही सच्चा योगी है।[5] उसके संकल्प-विकल्प

---

1. देखिए सिद्ध हेमचंद्र-व्याकरण लघुवृत्ति पृ० 484, हमारी सम्पादित आवृत्ति।
2. 'युजूंपी योगे' गण 7वाँ। 'युजिं च समाधौ' गण 4, हैमधातुपाठ।
3. तत्रनिवृत्तिशब्दान्तं समुच्छिन्नक्रियात्मकम्। चतुर्थं भवति ध्यानमयोगिपरमेष्ठिनः ॥ 105 ॥ समुच्छिन्ना क्रिया यत्र सूक्ष्मयोगात्मिकापि च। समुच्छिन्नक्रियं प्रोक्तं तद्द्वारं मुक्तिवेश्मनः ॥ 106 ॥ (गुणस्थान क्रमारोह)
4. अथायोगिगुणस्थाने तिष्ठतोऽस्य जिनेशितुः। लघुपञ्चाक्षरोच्चारप्रमितैव स्थितिर्भवेत् ॥ 104 ॥
5. मन, वाणी और शरीर की वृत्तियों को भी जैनपरिभाषा में 'योग' कहते हैं—'कायवाङ्मनः कर्मयोगः' (तत्त्वार्थसूत्र 6-1) इसी अर्थ से पराकोटि को प्राप्त शुद्ध योगी को 'अयोगी' कहा है। 'आयोगो योगानां योगः पर उदाहृतः' यह भी इसी दृष्टि से कहा गया है।

विलीन हो जाते हैं। उसके विचारों का रज, तम या सत्व गुण से भी स्पर्श नहीं होता। अति अल्प समय में ही शुक्ल ध्यान के द्वारा वहमुक्त हो जाता है। मुक्त को ही सिद्ध कहते हैं। यहाँ सम्पूर्ण कृतकृत्यता हो जाती है।

योग की विशेष व्याख्या

जैन आगमों में योग का अर्थ मुख्यतया 'ध्यान' लिखा है। ध्यान मूलतः चार प्रकार का है—1 आर्त्त, 2 शुद्ध रौद्र, 3 धर्म और 4 शुक्ल। इनमें आदि के दो ध्यान तम और रजोगुणविशिष्ट होने के कारण योग में अनुपयुक्त और प्रत्यूह-कारी हैं। धर्मध्यान और शुल्कध्यान योगोपयोगी हैं। इनमें भी शुक्लध्यान अत्यन्त परिशुद्ध और अव्यवहित मोक्षसाधन है। इसके द्वारा दुःख रूप काष्ठ के सहस्रों अरण्य क्षण मात्र में सर्वथा भस्म हो जाते हैं। इस विषय में समाधिशतक, ध्यानशमक, ध्यानविचार, ध्यानदीपिका, आवश्यक निर्यक्ति, अध्यात्मकल्पद्रुमटीका प्रभृति अनेक ग्रंथ हैं।

त्रिविध योग

किसी भी वस्तु की प्राप्ति के लिए उस पर अटल श्रद्धा होनी चाहिए। योग के लिए जो-जो कुछ आवश्यक है उस पर तथा जो पूर्णयोगी हैं उन पर परीक्षापूर्वक श्रद्धा रखना योग का आवश्यक अंग है। इसको जैनदर्शन में 'सम्यग्दर्शन' कहते हैं—'तत्त्वार्थश्रद्धानं सम्यग्दर्शनम्।' (तत्त्वार्थसूत्र 1-2)। केवल विश्वास रखकर बैठे रहने से कुछ नहीं होता। विश्वास के साथ सम्प्रदाय का रहस्य-ज्ञान भी परिपूर्ण रीति से होना चाहिए। इसको सम्यक्‌श्रुत होना कहते हैं। विश्वास और ज्ञान तो है, पर यदि चरित्र की शुद्धि नहीं है—राग-द्वेष-मोहादि से आत्मा व्याप्त है—तो करोड़ों वर्षों में भी मोक्ष प्राप्त नहीं हो सकता। इसलिए 'सम्यक् चरित्र' होना चाहिए। यह ज्ञानदर्शनचरित्रात्मक 'त्रिविध योग' है। इसके पालन से योग परिपुष्ट होता है और आत्मा का आध्यात्मिक उत्कर्ष होता जाता है। योग की पूर्णता ही मोक्षप्राप्ति कराती है वैदिक दर्शनों में जैसे ब्रह्मसूत्र, गौतमसूत्र, कणादसूत्र आदि मौलिक ग्रन्थ हैं वैसे ही जैनदर्शन में उमास्वातिकृत 'तत्त्वा-र्थाधिगमसूत्र' है, उसका प्रथम सूत्र इसी त्रिविध योग के विषय में है—'सम्यग्दर्शनज्ञानचारित्राणि मोक्षमार्गः।' इसी सूत्र पर आगे सम्पूर्ण ग्रन्थ है जिसे 'मोक्षशास्त्र' भी कहते हैं।

चौदह गुणस्थान

जब आत्मा विकास की दिशा में प्रयाण करता है तब से मोक्ष प्राप्त होने की अवस्था तक की योग्यता के चौदह गुण जैनआगमों में बताये हैं—(1) मिथ्यात्व, (2) सास्वादन, (3) मिश्र, (4) सम्यग्दर्शन, (5) देशविरति, (6) प्रमत्तश्रमणत्व, (7) अप्रमत्तश्रमणत्व, (8) अपूर्वकरण, (9) अनिवृत्ति, (10) सूक्ष्म लोभ, (11) उपशान्तमोह, (12) क्षीणमोह, (13) सयोगी केवली और (14) अयोगी केवली। पातंजलयोग की आठ भूमिकाओं में प्रथम भूमिका यम है। इस 'यम' से भी पूर्व सूक्ष्मरीत्या योग की जो भूमिकाएँ होती हैं वे भी इन चौदह गुण स्थानों में से पूर्व के चार गुण-स्थानों में परिगणित हुई हैं। 'गुणस्थानक्रमारोह तथा कर्मग्रंथ, कर्मप्रकृति, गोमटसार आदि ग्रन्थों में इस विषय का सूक्ष्म विवेचन है।

अष्ट दृष्टि

आचार्य हरिभद्र सूरि ने योग की आठ दृष्टियाँ बतायी हैं—

मित्रा तारा बला दीप्ता स्थिरा कान्ता प्रभा परा। नामानि योगदृष्टीनां— ———॥

पातंजलयोग के जो आठ अंग हैं उनसे इन दृष्टियों का सादृश्य है।

पंचविध योग

अर्वाचीन जैन न्याय योग साहित्य के अग्रणी उपाध्याय श्रीयशोविजयजी ने पाँच प्रकार का एक अवान्तर योग भी बताया है—

अध्यात्मं भावनाध्यानं समता वृत्तिसंक्षयः । योगः पतंविधः प्रोक्तः योगमार्गविशारदैः ।। (योगभेदद्वात्रिंशिका)

योगभेदद्वात्रिंशिका के अतिरिक्त 'जैनदृष्टियोग' नामक गुजराती ग्रन्थ में भी इन पाँच भेदों का विशद विवेचन है।

त्रिविध योग

एक त्रिविध योग और है जो श्रीहरिभद्रयशोविजय आदि के ग्रन्थों में मिलता है—

इच्छां शास्त्रं च सामर्थ्यमाश्रित्य त्रिविधोऽप्ययम्। गीयते योगशास्त्रज्ञैर्निर्व्याजं यो विधीयते ।।

अष्टविध योग

महर्षि पतंजलि योगविद्या के महाप्राज्ञ आचार्य हुए। उन्होंने योग दर्शन में योग के अंग, लक्षण, परिभाषा, प्रकारादि जो कहे हैं उन्हें अनेक धर्मों के विद्वानों ने माना और अपनाया है। पीछे के योग-साहित्य पर उन्हीं के सूत्रों की गहरी छाप लगी हुई है। जैनाचार्यों ने भी, अपनी संस्कृति के अनुकूल, योगसूत्रोक्त नाम, भेद, स्वरूप आदि ग्रहण किये हैं, इसे कोई भी अस्वीकार नहीं कर सकता। आचार्य श्रीहेमचंद्र सूरिकृत योगशास्त्र में पातंजलयोगदर्शन के यम-नियमादि अंगों को ही क्रम से गृहस्थधर्म, साधु धर्म आदि कहा है। श्रीयशोवियजजी ने भी आठ अंगों का उल्लेख किया है। जैनयोगी आनन्दघनजी ने भी अपने पदों में आठों अंगों का वर्णन किया है।

प्राणायाम

पतंजलि-प्रभृति योगाचार्यों ने प्राणायाम को योग का चौथा आवश्यक अंग माना है। परन्तु जैनाचार्यों ने इसे आवश्यक नहीं माना है। श्रीहेमचंद्र प्रभृति विद्वानों ने तो इसका निषेध भी किया है—

तन्नाप्नोति मनः स्वास्थ्यं प्राणायामैः कदर्थितम्। प्राणस्यायमने पीडा तस्यां स्याच्चित्तविप्लवः ।।

(हैमयोगशास्त्र)

प्राणायाम हठयोग है और हठयोग को जैनाचार्यों ने योगमार्ग में अनावश्यक माना है। हरिभद्र सूरि ने कहा है—"ध्यान में बलात्कार से श्वासोच्छ्वास का निरोध न करना चाहिए"। 'पातंजलयोगसूत्र की वृत्ति' में 'प्रच्छर्दन-विधारणाभ्यां वा प्राणस्य' (योगसूत्र 1-34) इस सूत्र की व्याख्या करते हुए श्रीयशोविजयजी लिखते हैं—

अनैकान्तिकमेतत्। प्रसह्य ताभ्यां मनोव्याकुलीभावात्। 'ऊसासं ण णिरुं भइ'। (आवश्यकनिर्युक्ति)

'इत्यादिपारमर्षेण तन्निषेधाच्च।'

तात्पर्य, किसी साधक को इससे लाभ हो तो वह प्राणायाम करे, इसमें कोई निषेध नहीं है। परन्तु सबके लिए प्राणायाम को आवश्यक अंग जैन विद्वान् नहीं मानते।

त्रिविध आत्मा

यों तो चैतन्यादि गुणोपेतत्वेन आत्मा एक ही लक्षण का है, परन्तु तद्गत भावों के तारतम्य से जैन विद्वानों ने तीन प्रकार का आत्मा माना है—(1) बहिरात्मा, (2) अन्तरात्मा और (3) परमात्मा। तीनों के लक्षण इस प्रकार हैं—

आत्मबुद्धिः शरीरादौ यस्य स्यादात्मविभ्रमात्। बहिरात्मा स विज्ञेयो मोहनिद्रास्तचेतनः ।।

बहिर्भावानतिक्रम्य यस्यात्मन्यात्मनिश्चयः। सोऽन्तरात्मा मतस्तज्ज्ञैर्विभ्रमध्वान्तभास्करैः ।।

निर्लेपो निष्कलः शुद्धो निष्पन्नोऽत्यन्तनिर्वृतः। निर्विकल्पश्च शुद्धात्मा परमात्मेति वर्णितः ।।

शरीरधनादि बाह्य पदार्थों में मूढ होकर उन्हीं में जो आत्मबुद्धि धारण करता है वह रजस्तमोगुणी बहिरात्मा है। आत्मा में ही जो आत्मभाव धारण करता और यमनियमादि को समझता और करता है, वह अन्तरात्मा है। मोहादि कर्ममलों को सर्वथा धोकर जो मुक्तपद को प्राप्त होता है वह परमात्मा है।

इसी परमात्मपद को प्राप्त करने का साधन योग कहलाता है। योग के अभ्यासी मुमुक्षु योग धर्म जानकर उस परमपद की ओर चलेंगे, यही आशा करके यह लेख पूरा करता हूँ।

तंत्र में योग

(लेखक—श्रीअटलबिहारी घोष)

भिन्न-भिन्न सम्प्रदाय अपने-अपने मार्ग के अनुसार 'योग' शब्द का अर्थ करते हैं। वेदान्त-पक्ष का कहना है—जीव और आत्मा के मिलन का नाम योग है। प्रत्यभिज्ञा-पक्ष के भेद-ज्ञान का नाम योग है। भेद-वादियों के मत में पुराण-पुरुष ज्ञान ही योग है। आगमवादी कहते हैं कि शिव और शक्ति का अभेद-ज्ञान ही योग है। योगाभ्यास करने के लिए दीक्षा अवश्य ग्रहण करनी चाहिए। दीक्षानिर्दिष्ट अपनी ब्रह्ममूर्ति की उपासना से सिद्धि प्राप्त करने पर योगमार्ग में प्रवेश करने का अधिकार प्राप्त होता है। कौल कहते हैं कि शैव, वैष्णव, शाक्त, सौर एवं गाणपत्यादि मन्त्रों के द्वारा चित विशुद्ध होने पर कौल-ज्ञान अर्थात् ब्रह्मज्ञान प्रकाशित होता है। कुलार्णवतन्त्र के द्वितीय उल्लास में लिखा है—

शैववैष्णवदौर्गार्कगाणपत्यादिकैः क्रमात्। मन्त्रैर्विशुद्धचित्तस्य कौलज्ञानं प्रकाशते ॥

उक्त तन्त्र में और भी कहा गया है कि मनुष्य चार श्रेणियों में विभक्त हैं और प्रत्येक श्रेणी के मनुष्य अपने अधिकार-भेद से परमपदार्थ को भिन्न भिन्न रूप में देखा करते हैं।

अग्नौ तिष्ठति विप्राणां हृदि देवो मनीषिणाम्। प्रतिमास्वप्रबुद्धानां सर्वत्र विदितात्मनाम् ॥

अर्थात् क्रिया-काण्ड में अनुरक्त ब्राह्मण उनको अग्नि में देखा करते हैं। मनीषी अपने हृदय में उनका अनुभव करते हैं। जो अप्रबुद्ध हैं, वे प्रतिमा में उन्हें देख पाते हैं और जो आत्मज्ञानी हैं, वे सर्वत्र और सर्वदा उस परम पदार्थ को देखा करते हैं।

योगसाधना का उद्देश्य यही शेषोक्त अवस्था प्राप्त करना है। इसके लिए सबसे प्रथम कर्तव्य है—काम क्रोध, लोभ, मोह, मद और मत्सर, इन षट्-रिपुओं का नाश करना। यहाँ पर कामादि षट्-रिपुओं के स्वरूप का परिचय देना आवश्यक है। स्त्री-भोगादि की जो अभिलाषा है, वही काम है। प्राणियों को पीड़ा पहुँचाने का नाम है क्रोध। धनादि की अतिशय आकांक्षा का नाम है लोभ। तत्त्वज्ञान का अभाव ही मोह है। मैं सुखी हूँ, मैं पण्डित हूँ, मैं धनवान हूँ, इस प्रकार के गर्व को मद कहते हैं। और दूसरे का सौभाग्य देख कर जो दुःख होता है, उसका नाम मत्सर है। ये ही शत्रु हैं, क्योंकि ये ही सब दुःखों के कारण हैं और ये ही आत्मस्वरूप का विचार करने में बाधा पहुँचाते हैं। इनका दमन करने के लिए योग के अष्टांग का अभ्यास करना होगा। योग के ये आठ अंग निम्नलिखित हैं—यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि।

यम शब्द का अर्थ है—उपरति, अर्थात् काम इत्यादि- से निवृति। यह दस प्रकार का है—अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य, कृपा, आर्जव, क्षमा, धृति, मिताहार और शौच।

अहिंसा का अर्थ है—किसी कर्म के द्वारा, और मन के द्वारा किसी प्रकार से किसी प्राणी को क्लेश न पहुंचाना। सत्य शब्द का अर्थ है—जैसा सुना हो और जैसा देखा हो, वैसा ही कहना। अस्तेय शब्द का अर्थ है—दूसरे का तुच्छ से भी तुच्छ तृण आदि भी ग्रहण न करना। ब्रह्मचर्य शब्द का अर्थ है—आठों प्रकार के मैथुनों का परित्याग करना। इस अष्टविध मैथुन का वर्णन शास्त्र में इस प्रकार आया है—

स्मरणं कीर्तनं केलिः प्रेक्षणं गुह्यभाषणम्। संकल्पोऽध्यवसायश्च क्रियानिष्पत्तिरेव च ॥

बुरी भावना से स्त्री का स्मरण, कथन, स्त्री के साथ खेलना, स्त्री को देखना, छिपकर बातें करना, पाने का

संकल्प करना, पाने की चेष्टा करना और सहवास करना। कृपा शब्द का अर्थ है—प्राणिमात्र की दुःखनिवृत्ति की चेष्टा। आर्जव शब्द का अर्थ इस प्रकार वर्णित है—

व्यवहारेषु सर्वेषु मनोवाक्कायकर्मभिः। सर्वेषामपि कौटिल्यराहित्यमार्जवं भवेत्॥

अर्थात् समस्त प्राणियों के साथ मन, वाणी और शरीर के द्वारा जो व्यवहार किया जाता है, उसमें कुटिलता के अभाव का नाम आर्जव है। क्षमा शब्द से अपकार करने वाले के प्रति मित्रवत् व्यवहार समझना चाहिए। इष्टवस्तु की अप्राप्ति में जो दुश्चिन्ता उत्पन्न होती है, उस दुश्चिन्ता का अभाव ही धृति है। शरीर धारण करने मात्र के लिए जो भोजन है उसका नाम मिताहार है। जिसके द्वारा चित्त निर्मल होता है, उस पवित्रता का नाम शौच है। यहाँ पर यह समझना चाहिये कि धृति इन दस प्रकार के सभी साधनों में रहेगी। अहिंसा और ब्रह्मचर्य के द्वारा काम पर, कृपा और क्षमा के द्वारा क्रोध पर, अस्तेय, सत्य और आर्जव के द्वारा लोभ पर, मिताहार और शौच के द्वारा मद पर और अहिंसा कृपा, आर्जव और क्षमा के द्वारा मत्सर पर विजय प्राप्त होती है।

योग का द्वितीय अंग नियम भी दस प्रकार का है जैसे—तपः, सन्तोष, आस्तिक्य, दान, देव-पूजा, सिद्धान्त-श्रवण, ह्री, मति, जपो और होम।

कृच्छ्रादि व्रतों के आचरण का नाम तप है। इष्टतर वस्तु की भी अभिलाषा न होने का नाम संतोष है। श्रुतिप्रतिपाद्य अर्थ में परलोक के अस्तित्व में जो विश्वास है वही आस्तिक्य है। यथाविहित अनिन्द्य उपाय से कमाये एहु धन को शक्ति के अनुसार देव, पितर और मनुष्यों के उद्देश्य से बाँटना दान कहलाता है। अपनी ब्रह्ममूर्ति की उपासना देवपूजा है। उपनिषद् आदि मोक्षशास्त्रों के सुनने का नाम सिद्धान्तश्रवण है। कुत्सित आचरण के कारण मन में जो कष्ट होता है उसका नाम ह्री है। मति शब्द का अर्थ है मनन अर्थात विविध युक्ति-प्रमाणों की सहायता से सुने हुए अर्थ का अनुशीलन। यहाँ पर जप शब्द से इष्ट मन्त्र का जप समझाना चाहिए। इसके द्वारा चित्त-शुद्धि होती है। अग्निहोत्रादि होम का नाम होम है।

आसन अनेक प्रकार के हैं। इनकी कोई संख्या नहीं। परन्तु साधारणतया चौरासी प्रकार के आसनों की बात कही गयी है। उनमें पाँच आसन शास्त्रों में प्रधान बताए गये हैं। इन पाँचों के नाम हैं—पद्मासन, स्वास्तिक आसन, भद्रासन, वज्रासन और वीरासन।

(1) पद्मासन—बायीं जाँघ पर दाहिना पैर और दाहिनी जाँघ पर बायाँ पैर रखकर, पीछे की ओर से दोनों हाथ ले आकर दाहिने हाथ से दाहिना अँगूठा और बाँयें हाथ से बायाँ अँगूठा पकड़ना होता है। इसको बद्ध पद्मासन कहते हैं। मुक्त पद्मायन में इस प्रकार अँगूठा पकड़ने का नियम नहीं।

(2) स्वास्तिक आसन—दाहिने घुटने और जाँघ के बीच में बायें पैर का तलवा, और बायें घुटने और जंघा के मध्य में दाहिने पैर के तलवे को रखकर, शरीर सीधा करके बैठना होता है अर्थात् मेरदण्ड और शिरोभाग को एक सीध में करना होता है। इसको स्वास्तिक आसन कहते हैं।

(3) भद्रासन—सीयन के दोनों ओर दोनों एड़ियों को ठहरा कर, अण्डकोष के नीचे दोनों हाथों से एड़ियों और पैरों को पकड़कर स्थिर, निश्चल भाव से बैठ जाता है; इसी को भद्रासन कहते हैं।

(4) वज्रासन—दोनों जाँघों के ऊपर दोनों पैरों को रखकर निश्चलरूप में बैठने को वज्रासन कहते हैं।

(5) वीरासन—एक पैर से दोनों अण्डकोषों को दबा कर दूसरी जाँघ के ऊपर रखकर सरलभाव से बैठने को वीरासन कहते हैं।

आसन लगाने पर जब श्रम दूर हो जाय तब प्राणायाम का अभ्यास करना चाहिए। जिस आसन में साधक को कोई क्लेश न हो और सुखपूर्वक बैठ सके, वही आसन लगाकर प्राणायाम का अभ्यास करना चाहिए। प्राणायाम दो प्रकार का है—निगर्भ और सगर्भ। ध्यान और मानस-जप करते हुए प्राणायाम-साधन का नाम सगर्भ प्राणायाम है।

बीज उच्चारण न करके जो प्राणायाम किया जाता है उसका नाम निगर्भ प्राणायाम है। इड़ा नाड़ी से अर्थात् बायें नथने से षोडश-मात्रा वायु आकर्षण करने का नाम पूरक, चौंसठ मात्रा वायु धारण करने का नाम कुम्भक एवं बतीस मात्रा में पिंगला से अर्थात् दाहिने नथुने से वायु त्याग करने का नाम रेचक है। प्राणायाम में तीन प्रकार की अवस्थाएँ होती हैं। प्रथम अवस्था में पसीना निकलता है; उसे अधम अवस्था कहते हैं। मध्यम अवस्था में साधक की देह काँपती है। और प्राणायाम की उतम अवस्था में साधक भूमि छोड़ सकता है। इस प्राणायाम में सिद्ध होने-पर साधक प्रत्याहार का अधिकारी होता है। प्रत्याहार शब्द का अर्थ है इधर-उधर दौड़ने वाली सब इन्द्रियों को इन्द्रियग्राह्य विषयों से निवृत्त करना। और अँगुली, एड़ी से आरम्भ करके सहस्रपद्म के नीचे रहे हुए द्वादशदल कमल तक सोलह स्थानों में प्राणवायु को धारण करने का नाम धारणा है। प्रत्याहार और धारणा का अभ्यास गुरु के उपदेश के अनुसार ही करना चाहिए। इनकी कोई साधारण व्यवस्था नहीं है। गुरु शिष्य की योग्यता के अनुसार इन की विधि निर्दिष्ट करते हैं।

एकाग्रचित होकर अपने अभीष्ट देवता या स्वकीया ब्रह्ममूर्ति के चिन्तन करने का नाम ध्यान है। निरन्तर जीवात्मा और परमात्मा के ऐक्यचिन्तन को समाधि कहते हैं।

जीवदेहमात्र ही शिवशक्त्यात्मक या अग्निषोमात्मक अथवा शुक्रशोणितात्मक है और वह 96 अँगुली लम्बी है अर्थात् साधक की अपनी अँगुलियों से 96 अंगुल है। पायु और जननेन्द्रिय मध्य के स्थान को कन्द या मूलाधार कहते हैं। इस मूलाधार से असंख्य नाड़ियों की उत्पति हुई है। उनमें तीन प्रधान हैं: उन तीनों का नाम है—इड़ा, पिंगला और सुषुम्न।

इडा बायीं ओर है, पिंगला दाहिनी ओर है और सुषुम्ना मेरुदण्ड के मध्य भाग में है। सुषुम्ना के भीतर एक नाड़ी है, उसे चित्रा कहते हैं। चित्रा के अन्तर्भाग को ब्रह्मनाड़ी कहते हैं। मूलाधार में जो एक अत्यन्त सुन्दर ज्योतिर्मय त्रिकोण है, वहीं कुण्डलिनी अर्थात् जीवशक्ति साढ़े तीन चक्कर के रूप में सोयी हुई सर्पिणी की तरह रहती है। मूलाधार के ऊपर लिंगमूल मे जो चक्र है उसका नाम स्वाधिष्ठानचक्र है। उसके ऊपर नाभि के मूलदेश में सुषुम्नानाड़ी से सम्बद्ध जो चक्र है, उसे मणिपूरचक्र कहते हैं। हृदयस्थान में जो एक चक्र है, उसको अनाहतचक्र कहते हैं। कण्ठदेश में जो चक्र है, उसका नाम विशुद्ध चक्र है। और भ्रूमध्य में जो चक्र है उसको आज्ञा चक्र कहते हैं। इसी स्थान पर गुरु की आज्ञा का संचार होता है, इसीसे इसका नाम आज्ञाचक्र है। साधक कुण्डलिनी-शक्ति को इन समस्त चक्रों का भेद करता हुआ मूलाधार से द्वादशदलचक्र के ऊपर में शिवस्थान में ले जाता है और शिवशक्ति-सामरस्यरूप अतुल आनन्द का भोग करता है। षट्चक्रनिरूपण, त्रिपुरासारसमुच्चय, गन्धर्वतन्त्र प्रभृति ग्रन्थों में इसका विस्तृत वर्णन मिलता है। महाकालोक्त 'पादुकापंचकरम्' स्तोत्र में पूर्वोक्त द्वादशदलपद्मका विशेष विवरण है। योगसाधना का उद्देश्य यही है कि गुरु, मन्त्र, यन्त्र, देवता और साधक की एकता की उपलब्धि हो और क्रमशः अद्वैतभाव की प्राप्ति हो। उस अवस्था की प्राप्ति होने पर सिद्धयोगी परमानन्द नित्यचैतन्यैकगुणात्मक आत्माभेदस्थित प्रणव के या ह्लींकार के चिन्तन में मग्न होते हैं। उस समय वे मन, वाणी तथा वेदवाक्य से अतीत स्वसंवेद्य आनन्द-रससागर तारात्मक वस्तु की उपलब्धि करते हैं।

अद्वैतलाभ के पूर्व की अवस्था में जो ध्यान बतलाया गया है, वह इस प्रकार है—

सत्यं मानविवर्जितं श्रुतिगिरामाद्यं जगत्कारणं व्याप्तस्थावरजंगमं मुनिवरैर्ध्यातं निरुद्धेन्द्रियैः।
अर्काग्नीन्दुमयं शताक्षरवपुस्तारात्मकं सन्ततं नित्यानन्दगुणालयं गुणपरं वन्दामहे तन्महः॥

विचार करके देखने पर मालूम होगा कि तन्त्रकथित मार्ग का और श्रुतिकथित मार्ग का गन्तव्य स्थान एक ही है। इसलिए श्रुति और आगम का भेद वाक्यगत है, वस्तुगत नहीं। उद्धृत श्लोक का अर्थ कोई-कोई इस प्रकार करते हैं—

अरूपस्य ब्रह्मणो भावनरूपं ध्यानमेतत्। सत्यम्, असत्यव्यावृत्तिरूपम्, सत्यं ज्ञानमनन्तं ब्रह्म' इति श्रुतिः। मानविवर्जितम्, प्रमाणागोचरीकृतम्; 'यतो वाचो निवर्तन्ते' इति श्रुतेः। श्रुतिगिरामाद्यम्, वेदप्रवक्तृ; 'शास्त्रयोनित्वात्' इति बादरायणसूत्रणात्। जगत्कारणम्; 'जन्माद्यस्य' इति सूत्रणात्। व्याप्तस्थावरजंगमम्; 'सहस्रशीर्षा' इति श्रुतेः। मुनिवरैर्नारदादिभिः। अर्काग्नीन्दुमयमिति गायत्र्यादिदेवताक्रमेण। यद्वा अर्को विष्णुः अग्नी रुद्र इन्दुर्ब्रह्मा तन्मयम्। तत

उत्पन्नत्वात् यद्वा ओंकाररूपत्वं वक्ष्यति। एतेनाकारोकारमकारात्मकत्वेनाग्नीन्द्वर्करूपत्वं शताक्षरवपुरिति। शताक्षरैः परं महः प्रतिपाद्यते। प्रतिपाद्यप्रतिशादकयोरभेदात् शास्त्रयोनिरवेन कार्यकारणभेदाद्वा शब्दब्रह्मरूपत्वाद्वा तथोक्ति; यद्वा यतः अर्काग्नीन्दुरूपत्वम् अत एव शताक्षरवपुरिति हेतुहेतुमद्भावेन योजना। नित्यानन्दचित्त्वं तत्स्वरूपमेव। तदालयत्वचं भगवत उपचारात्। गुणेभ्यः सत्त्वरजस्तमोभ्य परं तद्रहितम्। तद्वेदशिरसि प्रसिद्धम्। महः नित्यं प्रकाशकत्वान् मह इव। एते च सर्वे शब्दास्तस्य वस्तुनो लक्षका एव न वाचकाः। एतेषां शब्दानामेकत्वार्थत्वम् अपर्यायत्वेऽपि अतद्व्यावृत्त्यर्थतया न पौनरुक्त्यम्।'

फिर, उक्त श्लोक का अर्थ इस प्रकार भी किया जाता है—

'महस्तेजोरूपा कुण्डलिनी उच्यते। सत्यं नित्यत्वात्तस्याः; 'नित्या शक्तिः परादेवी' इत्युक्तेः। मानमियत्ता तद्वर्जिता, सूक्ष्मात् सूक्ष्मतरा विभुः' इत्युक्तेः। व्याप्तस्थावरजंगमा; 'सर्वगा विश्वरूपिणी दिक्कालाद्यनवच्छन्ना' इत्युक्तेः। निरुन्द्रियैर्मुनिवर्गैर्ध्याता; 'योगिध्येया च सर्वदा' इत्युक्ते। 'योगिनां हृदयाम्भोजे नृत्यन्ती नित्यमंजसा' इत्यपि। अर्काग्नीन्दुरूपा; 'त्रिधामजननी देवी' इत्युक्तेः। 'सोमसूर्याग्निरूपा च' इत्युक्तेश्च। शताक्षरवपुः; 'विश्वात्मना प्रबुद्धा सा सूते मन्त्रमयं जगत्' इत्युक्तेः। तारात्मकम्;

तन्मध्ये चिन्तयेद्देवीमृज्वाकारां तडित्प्रभाम्। ओंकाररूपिणीं ज्योत्स्नामात्मरूपां शुभोदयाम्॥ (इत्युक्तेः)

नित्यानन्दगुणालया; 'नित्यानन्दगुणोदया' इत्युक्तेः। गुणपरा; गुणरूपा परा च,'शक्तिः कुण्डलिनी गुणत्रयवपुर्विद्युल्लतासन्निभा' इत्युक्तेः। 'परापरविभागेन परशक्तिरियं मता' इत्युक्तेश्च।

उक्त श्लोकों में 'शताक्षरवपुः' शब्द का अर्थ शताक्षरमन्त्र है। यह (1) त्रिष्टुप्, (2) गायत्री और (3) अनुष्टुप्—इन तीन मन्त्रों के संयोग से बनता है।

उद्धृत श्लोक की जो व्याख्या दी गई है वह महामति सर्वशास्त्रविशारद राघवभट्टकृत है। उससे यह मालूम होता है कि कोई मन्त्र किसी निर्दिष्ट देवता का नहीं है। जिस समय साधक से मन्त्र, देवता और गुरु के साथ ऐक्य भावना करने के लिए कहा जाता है, उस समय साधक जिस इष्ट देवता का साधन करता है, वही एकमात्र परम देवता है, यह समझना भूल है। भगवत्पाद शंकराचार्य ने स्वरचित प्रपंचसारतन्त्र में हृल्लेख्या बीज के सम्बन्ध में कहा है—

यां ज्ञात्वा सकलमपास्य कर्मबन्धं तद्विष्णोः परमं पदं प्रयाति लोकः।

तामेतां त्रिजगति जन्तुजीवभूतां हृल्लेख्यां जपत च नित्यमर्चयीत॥

इससे स्पष्ट मालूम होता है कि शक्तिबीजसाधन के द्वारा भी विष्णुपद प्राप्त किया जाता है। पहले ही कहा गया है कि साधक के उपास्य या इष्ट देवता उसकी गुरुनिर्दिष्ट ब्रह्ममूर्तिमात्र हैं। अपने इष्ट की मूर्ति का अवलम्बन कर के ही परम पदार्थ में लीन हुआ जा सकता हैं। शाक्ततन्त्र में शक्ति को प्रधानता दी जाती है, इससे 'ह्रीं' कार बीज और कुण्डलिनी शक्ति की आराधना को प्रधानता दी जाती है। शैवतन्त्र में 'ओंकार' और शिव को प्रधानता दी जाती है। इन दोनों में कोई अन्तर नहीं। शिव और शक्ति के परस्पर-सम्बन्ध को 'अविनाभाव' बताया जाता है। जिन्होंने इस 'अविनाभाव' की उपलब्धि की है, वे ही जीवन्मुक्त हैं।

उपसंहार में यह कहना आवश्यक है कि इसके अतिरिक्त और जो कुछ करने की आवश्यकता है, वह गुरुसे ही जाना जा सकता है। शास्त्रों में कहा है—

गुरूपदेशतो ज्ञेयं न शास्त्रकोटिभिः।

यह कहने का मतलब यही है कि केवल शास्त्रीयवचन के आधार पर यदि योग-साधना की जाय तो साधक को समय-समय पर विशेषरूप से विपद्ग्रस्त होना पड़ता है। गुरु शिष्य का अधिकार समझकर पग-पग पर उसे उपदेश देते हैं। यहाँ तक देखा गया है कि प्राणायामसाधन करते समय भी कोई पथप्रदर्शक न होने पर साधक को विपद्ग्रस्त होना पड़ा है। इन सब कारणों से जो विषय गुरु से ही सीखने योग्य है, वह यहाँ नहीं लिखा गया है।

ईसाई धर्म में योग

(लेखक—रेवरेण्ड एड्विन ग्रीव्ज)

'योग' शब्द का प्रचलित अर्थ ईश्वर के साथ एकता प्राप्त करना ही नहीं है, जो इसका मूल अर्थ है, अपितु उससे उन साधनों का भी बोध होता है जो उक्त ध्येय की प्राप्ति में उपयोगी माने जाते हैं।

सम्भवतः 'योग' शब्द का यह दूसरा एवं लाक्षणिक अर्थ पहले की अपेक्षा अधिक विचार की अपेक्षा रखता है; किन्तु पहले अर्थ के सम्बन्ध में हम जिस निर्णय पर पहुंचेंगे, उसका अवश्य ही दूसरे अर्थ के सम्बन्ध में स्थिर किए हुए हमारे विचारों पर बहुत अधिक प्रभाव पड़ेगा। परमात्मा के साथ एकता करने के कई अर्थ हो सकते हैं और विचार करके मन में परमात्मा का जो स्वरूप होगा, उसी के अनुसार उसकी एकता का स्वरूप भी होगा।

कुछ लोगों के मत में 'एकता' का अर्थ लीन हो जाना है अर्थात् वह अवस्था जिसमें अपना कोई भिन्नत्व रह ही नहीं जाता, वह उस परमात्मा का ही एक अंग बन जाता है जिसमें वह लीन हो जाता है वह परमात्मा से अभिन्न ही नहीं हो जाता बल्कि उसके साथ ऐसा घुल-मिल जाता है कि फिर उसका पृथक् अस्तित्व ढूंढ़ने पर भी ध्यान में नहीं आता। इसे एकता की पराकाष्ठा कह सकते हैं। इससे नीचे उतरकर लोगों ने एकता की कई श्रेणियां मानी हैं, परन्तु कदाचित् उन सभी श्रेणियों में योग करनेवाले की पृथक् सत्ता किसी-न-किसी अंश में अवश्य रह जाती है—वहां एकता का स्वरूप अभिन्नता न होकर अविसंवाद अथवा मेल ही होता है। एकता का अर्थ है परमात्मा के साथ एकमन हो जाना परमात्मा के संकल्प के साथ अपने संकल्प को मिला देना साधक परमात्मा की प्रभुता और सुहृदता को समझकर अपनी दृष्टि को बदलने की, अपने भाव को परिवर्तित करने की तथा अपनी निजी कल्पनाओं और जनसमाज की युक्तियों और योजनाओं को परित्याग कर, जिनका साधारण जनता अनुगमन करती है, परमात्मा के संकल्पों और अभिसन्धि का अनुसरण करने की चेष्टा करता है। हम परमात्मा के संकल्पों के अनुसरण करने की बात हेतुपूर्वक कह रहे हैं, न केवल किसी मत-विशेष का उपन्यास कर रहे हैं, न किसी ऐसे सिद्धान्त-वाक्य को दोहरा रहे हैं जिसका अर्थ तो हम न जानते हों और केवल इसलिए ठीक समझते हों कि वह भगवद्वाक्य है। एकता का अर्थ है परमात्मा के प्रति इस प्रकार प्रेमपूर्वक आत्मसमर्पण करना कि जिससे हमारा चित्त उनकी दिव्य ज्योति से जगमगा उठे, हम हृदय से वही चाहें जो उन्हें प्रिय हो और प्रतिदिन, नहीं-नहीं हर घड़ी, अपना आचरण एवं व्यवहार ऐसा प्रशस्त एवं परिष्कृत बनाने की चेष्टा करें कि जिससे मनुष्य का मनुष्य के साथ कैसा बर्ताव होना चाहिए, इसका ईश्वरीय आदर्श हमारे सामने मूर्तिमान् होकर खड़ा हो जाए।

एक सच्चे ईसाई का अपने भगवान् के साथ किस प्रकार का सम्बन्ध होना चाहिए, इस विषय में ईसामसीह के उपदेशों का स्थूल आशय स्पष्ट ही है। स्वयं उनका अपने परमपिता के साथ जो सम्बन्ध है, उसमें कई बातें बिल्कुल निराली हैं जिनके कारण उस सम्बन्ध के स्वरूप और लक्षणों के निर्देश करने में बड़ी कठिनाई का सामना करना पड़ता है। जहां हमारे प्रभु ने 'मैं और मेरे पिता एक ही हैं' ('I and my Father are one') इस प्रकार के वाक्य कहे हैं वहां तो यह कठिनाई और भी सुस्पष्ट हो जाती है। एक तरफ तो उनका सम्बन्ध हमें इतना घनिष्ठ प्रतीत होता है कि उसे समझाने के लिए हमें मानव-जगत् में कोई उदाहरण ढूंढ़ने पर भी नहीं मिलता। किन्हीं दो मनुष्यों में मन और हृदय की कैसी ही एकता, अभिन्नता क्यों न हो, वह उसकी तुलना में नहीं ठहर सकती। दूसरी ओर हम उपर्युक्त वाक्य का अद्वैतपरक अर्थ भी नहीं कर सकते क्योंकि उस हालत में 'मैं और मेरे पिता' इस प्रकार का द्वैत नहीं रह सकता। यह एक ऐसा सम्बन्ध है जिसका निर्देश हो सकता है अर्थात् अद्वैत नहीं है; दोनों में घनिष्ठ संयोग है, किन्तु सर्वथा अभेद

नहीं। यदि हम इतनी ही बात पाठकों के सामने उत्तर के रूप में रखें तो वह कदाचित् अपूर्ण समझी जाएगी और उससे सबका समाधान न हो सकेगा। हमने तो केवल इस बात को समझने की कोशिश की है कि हमारे सामने एक ऐसी पहेली है जिसको बूझना हमारे लिए कठिन है, नहीं-नहीं, हमारी बुद्धि की सीमा के बाहर है, किन्तु फिर भी उसे हम एक महान् तथ्य के रूप में अनुभव करते हैं। यह तथ्य हमारी बुद्धि के लिए अगम्य होने पर भी हमारे समस्त चैतन्य-अंश को इस निश्चय से आपूरित कर देता है कि वह रहस्य एक सत्य सत्त्व है, केवल हमारे मन की कल्पना नहीं है। अब रही परमात्मा के साथ हमारे सम्बन्ध की बात, सो इस विषय में ईसामसीह का सिद्धान्त सुतरां स्पष्ट है। बाइबिल में एक वाक्य भी ऐसा नहीं मिलेगा जिसमें अस्पष्ट रूप से भी यह संकेत किया गया हो कि ईसाइयों का ध्येय परमात्मा में मिल जाना है। बाइबिल में एकता का जो वर्णन मिलता है, उसका अर्थ है परमात्मा की इच्छा को जीवन का संचालक एवं पथप्रदर्शक मानना, अपने आपको ईश्वर के मन तथा अभिसन्धि में मिला देना और मन में इस बात का निश्चय रखना कि मनुष्य का परम ध्येय यही है, और उसी में आनन्दित होना। महात्मा पॉल के पत्रों में हमें इस प्रकार के वाक्य मिलते हैं जिनका भाव है —मैं जीता हूं पर अब मैं नहीं, मेरे अन्दर ईसामसीह जीते हैं। (I live and yet no longer 1, but Christ liveth in me) परन्तु इस प्रकार के वाक्य का सम्भवतः कोई भी इससे अधिक अर्थ नहीं लगायेगा कि यह कहनेवाला पुरुष ईसामसीह को अपना गुरु मानकर उनकी 'सर्वतोभावेन वश्यता' स्वीकार करता है, अपने को ईसामसीह के संचालन में रखकर उन्हीं से शक्तिसंचार, योगक्षेम एवं अनुग्रह की आशा रखता है। उसी के आगे ये शब्द मिलते हैं—"और अब जो जीवन इस शरीर में है वह उन्हीं ईश-पुत्र में विश्वास का जीवन है जिन्होंने मुझे प्यार किया और मेरे लिए अपने आपको दे दिया।"

('and that life which I now live in the flesh I live in faith, the faith which is in the Son of God, who loved me and gave Himself for'.)

रहस्यवादियों (mystics) में कुछ लोग अवश्य ऐसे मिलते हैं जो परमात्मा में लीन हो जाने को ही ईसाई-जीवन का एकमात्र परमपुरुषार्थ मानते हैं। परन्तु यह सिद्धान्त अपवादस्वरूप ही है, बहुसंख्यक ईसाई स्त्री-पुरुषों के साधारण विचार इस प्रकार के नहीं हैं। एक ईसाई के जीवन की चरितार्थता परमात्मा के साथ एक हो जाने में नहीं है, बल्कि उनके साथ पूर्ण साहचर्य में है।

हमारे आलोच्य विषय का दूसरा अंश हैं वे साधन जिनके द्वारा ईश्वर का साहचर्य प्राप्त हो सके। इस सम्बन्ध में लोगों ने समय-समय पर कई तरह के विचार प्रकट किए हैं, परन्तु इस विषय में कोई ऐसा सिद्धान्त सामने नहीं रखा जा सकता जो सर्वमान्य हो।

अधिक ध्यान देने योग्य बात तो यह है कि बाइबिल में हमारे प्रभु का जो जीवन-वृत्तान्त तथा उपदेशों का संग्रह है उसमें ऐसी किसी बात का उल्लेख बहुत ही कम है जिसका योगसम्बन्धी साधनाओं से निकट सम्बन्ध हो। उपदेश कार्य आरम्भ करते समय ईसामसीह ने चालीस दिन का उपवास किया था, ऐसा वर्णन मिलता है; किन्तु उन्होंने इस तप को किसी साधन के रूप में किया हो ऐसा नहीं मालूम होता, बल्कि कुछ समय तक वह अकेले जंगल में रहे थे और वहाँ वह अपने भावी उपदेश कार्य को सोचने में इतने तल्लीन हुए कि उन्हें खाने-पीने की सुध भी न रही। एकाध जगह अवश्य 'प्रार्थना और उपवास' का उल्लेख आता है, और ऐसा भी वर्णन मिलता है कि प्रभु कभी-कभी एकान्त में बैठ कर प्रार्थना तथा ध्यान के लिए समय निकाला करते थे, परन्तु साधारण तौर पर हमारे प्रभु के जीवन में तथा उनके उपदेशों में योग-साधना की आवश्यकता के सम्बन्ध में एक भी प्रमाण नहीं मिलता। ऐसा प्रतीत होता है कि वह सादा एवं साधारण मनुष्यों का-सा जीवन व्यतीत करते थे तथा सामान्य कोटि के स्त्री-पुरुषों से निःसंकोच होकर मिलते थे, यहाँ तक कि उन्हें सामाजिक उत्सवों में भी सम्मिलित होने में किसी प्रकार का संकोच नहीं होता था। उनकी दृष्टि में ध्यान कोई बाह्य साधन नहीं है, अपितु मन की वृत्ति को अनवरत रूप से भगवान् की ओर लगाने का नाम है जिससे कि जीवन में अव्यक्त जगत् के सनातन सत्य तत्त्वों की सन्निधि का अनुभव होने लगे। 'वसुन्धरा भगवान् की है और

भगवान् की सांगता है।' भगवान् ने मनुष्य के ही उपयोग एवं भोग के लिए सारे भौतिक पदार्थों की रचना की है। इसलिए उनका परित्याग करने की आवश्यकता नहीं है; आवश्यकता है केवल इस बात को ध्यान में रखने की कि कहीं ये पदार्थ हमारे सिर पर सवार होकर हमें अपने अधीन एवं वशवर्ती न कर लें, हमें अपना गुलाम न बना लें। मनुष्य को चाहिए कि वह वस्तुओं का यथार्थ मूल्य आँकना, उनके गुण-दोषों का विवेचन करना सीखे, आध्यात्मिक एवं सनातन तत्त्वों का आधिभौतिक एवं जागतिक तत्त्वों द्वारा पराभव न होने दे। प्रार्थना, निर्भरता, वश्यता, (ईश्वर एवं मनुष्य मात्र के प्रति) प्रेम, ये ही योगसाधनाएँ हैं जिन्हें ईसामसीह ने परमात्मा के अधिकाधिक साहचर्य में सहायक बताया है।

प्रभु ईसामसीह के काल से लेकर अब तक ईसाइयों ने जिन-जिन योगसाधनाओं का अभ्यास किया है, उनकी कथा बहुत लम्बी-चौड़ी और वैचित्र्यपूर्ण है। ईसवी सन् की प्रारम्भिक शताब्दियों में उपवासादि कठोर व्रतचर्याओं को कई लोग बहुत उपयोगी मानते थे और उसके बाद भी भिन्न-भिन्न युगों में कुछ सम्प्रदायों की ऐसी ही धारणा रही है। परन्तु इस प्रकार की धारणा अधिकसंख्यक ईसाइयों में न तो सर्वमान्य ही रही है, न सामान्य ही। ईसाइयों को बराबर चेतावनी दी जाती रही है कि वे भोगविलास की ओर अग्रसर न हों, इन्द्रियों के दास न बनें। उन्हें यह भी शिक्षा दी जाती रही है कि वे अपनी सम्पत्ति और अपनी सारी शक्तियों को परमात्मा की सौंपी हुई पवित्र धरोहर समझें, उनका विवेकपूर्वक उपयोग करें और उदारतापूर्वक उनका दूसरों को भी उपभोग एवं उपयोग करने दें। उनको इस सम्बन्ध में सतर्क रहने का उपदेश दिया जाता रहा है कि भौतिक सुख उनकी आध्यात्मिक दृष्टि को आवृत न कर दें, वे लोग इस जगत् को सराय-सा समझकर इसमें मुसाफिरों की तरह रहें, तथा इस बात को सदा स्मरण रखें कि हमारा वास्तविक और सनातन घर आगे है, किन्तु साथ-ही-साथ जो ईश्वरप्रदत्त वस्तुएँ हमें रास्ते में पड़ी हुई मिलें, उनका धर्माविरुद्ध उपभोग भी करते रहें।

कदाचित् योग का सर्वसुलभ रूप उपवास है। रोमन कैथलिक तथा प्रॉटेस्टेण्ट दोनों मतों के अनेक अनुयायी उपवास को बहुत अधिक उपयोगी मानते हैं और खास-खास अवसरों पर अवश्य उपोषित रहते हैं। कुछ लोग ऐसे भी हैं जो नियमित रूप से उपवास तो नहीं रखते, किन्तु उसे आत्मोन्नति का एक वास्तव में उपयोगी साधन अवश्य स्वीकार करते हैं। वे यह समझते हैं कि ऐसे समय में जब भौतिक सुखों की आत्मा पर विजय होती दीखती है, उपवास से मनुष्य को बड़ा साहस एवं बल मिलता है। इस वर्ग के लोग उपवास को प्रायश्चित्त के रूप में न देखकर आत्मोन्नति का एक उपकारी साधन मानते हैं और यह समझते हैं कि उपवास जीवन में आत्मा के प्रभुत्व का द्योतक है और इस बात को भी सूचित करता है कि हम भौतिक जगत् के आधिपत्य को स्वीकार करने के लिए तैयार नहीं हैं।

इन पंक्तियों का लेखक इस बात को जानता है कि ईसाइयों में बहुत लोग ऐसे हैं जिनकी यह धारणा है कि ईसाई धर्म में योग का महत्त्व जितना वह समझता है, उसकी अपेक्षा कहीं अधिक है। वे ऐसा मानते हैं तो मानें। लेखक उनके इस भाव का आदर करता है और यदि इस प्रकार की साधनाओं का महत्त्व उनके अनुभव में आया है तो उनकी बात का वह खण्डन भी नहीं करता, बल्कि उनके अनुभव की सत्यता को स्वीकार करने में भी उसे कोई आपत्ति नहीं है। ईसाई धर्म का क्षेत्र बहुत व्यापक है, उसके अन्दर ईसाई जीवन की अभिव्यक्ति के भिन्न-भिन्न स्वरूपों तथा भिन्न-भिन्न प्रकार के अनुभवों के लिए गुंजाइश है। सबसे मुख्य बात तो है ईश्वर के सम्बन्ध क्रमशः अधिकाधिक जानना और उन्हें जानकर उनसे प्रीति करना, उन पर भरोसा करना और उनकी इच्छा के अनुकूल आचरण करना। 'ईश्वर को जानने का उपाय है ईसामसीह की शरण में आना और उन्हीं को एकमात्र गति मानना और प्रार्थना, निर्भरता और वश्यता के द्वारा जीवन की पूर्णता को प्राप्त करना।

जरथोस्ती धर्म में तीन मार्ग

(लेखक—श्री एरच जहाँगीर तारापोरवाला बी० ए०, पी-एच० डी०, बार-एट-ला)

ईश्वर-प्राप्ति के लिए सभी धर्मों में तीन मार्ग दिखलाए गए हैं—ज्ञान, भक्ति और कर्म। इन तीनों योगों के साधन से मुक्ति मिलती है ऐसा शास्त्रों का वचन है। हिन्दू शास्त्रों में इन तीनों का बहुत स्पष्ट और सविस्तार वर्णन है, दूसरे धर्मों में भी न्यूनाधिक रूप से ये तीनों स्पष्ट प्राप्त होते हैं। कदाचित् 'योग' शब्द के अभाव के कारण हम लोग सरलतापूर्वक यह बात न समझ सकें परन्तु मूल वस्तु तो यही है कि मुक्ति का मार्ग तीन प्रकार का है और प्रत्येक व्यक्ति के स्वभाव के अनुसार इन तीनों में से एक उसके अनुकूल होता है।

हमारे जरथोस्ती धर्म में इन तीनों मार्गों का उल्लेख है। अभाग्यवश जरथोस्ती धार्मिक साहित्य लगभग समूल नष्ट हो चुका है और इसी कारण जो कुछ थोड़ा-बहुत साहित्य आज उपलब्ध है उसमें यह बात इतनी सरलता से नहीं प्राप्त हो सकती है तो भी मननपूर्वक अध्ययन करने से और दूसरे धर्मों के साथ तुलना करने से यह मूल सत्य प्राप्त हो सकता है। हमारे अवस्ता-साहित्य की इक्कीस पुस्तकें थीं, उनमें से केवल दो ही पुस्तकें पूरी बची हैं दूसरी चार में से इधर-उधर के कुछ अंश प्राप्त होते हैं। जो पुस्तकें पूरी कहलाती हैं उनमें भी कई स्थानों पर मूल से इतना अधिक परिवर्तन हो गया है कि उन स्थानों का अर्थ करना कठिन ही नहीं बल्कि असम्भव-सा हो जाता है। परन्तु सौभाग्यवश मूलस्थापक जगद्गुरु ऋषि जरथुस्त्र के मूल श्लोक अभी तक सुरक्षित हैं और वे ही हमारे धर्म की भित्तिस्वरूप माने जाते हैं। कोई भी ग्रन्थ न रहकर केवल ये श्लोक ही रह जाते तो भी आज जरथुस्त्र धर्म का अस्तित्व रह सकता था। वे मूल श्लोक जरथुस्त्र की 'गाथा' के नाम से विख्यात हैं और पाँच विभागों में बँटे हुए हैं। उन पाँचों में से प्रथम गाथा सर्व-श्रेष्ठ गिनी जाती है और उसका नाम अहुन वइति गाथा है। सम्पूर्ण गाथा के 238 श्लोकों में से इस प्रथम गाथा में 100 श्लोक आ गये हैं। इस 'अहुन वइति गाथा' नाम का मूल अहुन-वर (अहुन-वइर्य) शब्द है जो हमारे धर्म का मूल मन्त्र माना जाता है कि सृष्टि पैदा करने से पूर्व स्वयं ईश्वर ने इसका उच्चारण किया था और इसी में से सृष्टि उत्पन्न हुई है। जरथुस्त्र की अहुन वइति गाथा को इन अहुन-वइर्य की टीका समझें तो कोई भूल नहीं है।

दूसरी बातों को अलग रखकर यदि केवल अहुनवर के गूढ़ अर्थ का मनन किया जाए तो इसमें से योग के तीनों मार्ग निकल आते हैं। इन तीनों मार्गों को पीछे से गाथा में विशेष विस्तार से समझाया गया है। अहुनवर का रहस्य बहुत ही गहन है और उसका ज्यों-ज्यों मनन किया जाता है, त्यों-ही-त्यों उसका अधिकाधिक आध्यात्मिक रहस्य प्रकट होता रहता है। और इसी कारणवश हमारे शास्त्रों में कहा गया है कि 'अहुनम-वइरीम् तनूम् पाइति' अर्थात् अहुन-वइर्य तन का (आत्मा का) रक्षण करता है।

अहुनवर के अनेक अनुवाद हो चुके हैं। इस पर प्राचीन अवेस्ता साहित्य में भी एक टीका लिखी हुई है। इसके अतिरिक्त सासानी काल में* इस मन्त्र का पहेलवी भाषा में अनुवाद हुआ था, उसमें इस मन्त्र में समाये हुए तीन नामों की ओर संकेत किया गया है। ये तीन नाम 'अमर-पवित्र-शक्ति' (अमेषा-स्पेन्ता) के हैं और ये ही हमारे तीनों मार्गों का सूचन करते हैं।

सर्वप्रथम हम 'अहुनवर' इस मन्त्र को देखें और उसका अनुवाद करें। इस मन्त्र में तीन पंक्तियाँ हैं जो प्रत्येक एक-एक वाक्य हैं और प्रत्येक में एक महान सत्य समाहित है—

(1) यथा अहू वइर्यो अथा रतुश अषात्-चित् ह चा।
(2) वङ्हेउश् दज्दा मनङ्हो श्योथननाम् अङ्हेउश् मज्दाइ।
(3) क्षथ्रमे-चा अहुराइ आ यिम् द्रिगुब्यो ददत् वास्तारेम्॥

अनुवाद—

(1) जैसे राजा सर्वोपरि (है) उसी प्रकार ऋषि (भी) अपने अषके कारण (हैं)।

(2) वोहु-मनो का पुरस्कार जीवन के प्रभु के कार्य करने वालों को (मिलता है)।

(3) ईश्वर का क्षथ्र उसको (मिलता है) जो लाचारों का रक्षक बनता है।

(1) प्रथम सत्य यह है कि राजा अथवा इस स्थूल भुवन का जो अधिपति है उसके ही समान उतना ही महान ऋषि भी गिना जाए। दूसरे शब्दों में कहें तो जिस प्रकार राजा का बड़प्पन इस खाकी जहान में है, इसी प्रकार ऋषि का बड़प्पन आत्मिक जगत पर है। किस कारण से ऐसा है? केवल अष के ही कारण। अब इस अष को हम लोग जरा गम्भीरतापूर्वक समझें। हम जरथोस्तियों में बोलचाल में 'अषोई' शब्द का व्यवहार होता है और उसका अर्थ साधारणतः पवित्रता होता है। परन्तु एक बात ध्यान में रखनी चाहिए कि ज्यों-ज्यों हम प्राचीन समय की ओर लक्ष्य करते हुए इस के अर्थ को देखते जाते हैं त्यों-ही-त्यों वह अधिकाधिक गहरा होता जाता है। वास्तव में इसका अर्थ अत्यन्त ही गहन है। अवेस्त का यह 'अष' शब्द वेद का 'ऋत' शब्द है। यह बात भाषाशास्त्र से सिद्ध हो चुकी है**। जिस प्रकार ऋत शब्द का वेद में प्रयोग हुआ है उसी प्रकार हमारे शास्त्रों में अष का उपयोग हुआ है। जिस प्रकार देवता ऋत के अधिपति माने जाते हैं, उसी प्रकार हमारे यजद (देवता) 'अष के सरदार' हैं। ईश्वर को प्राप्त करने का एकमात्र मार्ग है 'अष है पन्ताओ' (ऋतस्य पन्थाः)। एक स्थान पर स्पष्ट लिखा हुआ है कि "सर्वोत्तम अष की सहायता से, सर्वश्रेष्ठ अष की सहायता से, हे ईश्वर, हम तुझ को देखें, तेरे पास पहुँचें, तेरे साथ मिल जाएँ।" यह अष (ऋत) जरथुस्त्र के धर्म का मूल आधार है और इस ऋत को जो समझता है उसको हमारे यहाँ रतु (ऋषि) के नाम से कहते हैं। यह ज्ञानमार्ग है। रतु अर्थात सम्पूर्ण ज्ञान-प्राप्त पुरुष। और ऐसे 'रतुओं के रतु' जगद्गुरु जरथुस्त्र हैं। जिस प्रकार गीता में कहा गया है कि 'न हि ज्ञानेन सदृशं पवित्रमिह विद्यते' उसी प्रकार यह अष का मार्ग (ज्ञानमार्ग) हमारे धर्म का मार्ग है।

(2) परन्तु भक्ति बिना केवल ज्ञान मनुष्य को अहंकार के गड्ढे में ढकेल देता है और इसलिए उस अहंकार को जीतने के लिए प्रेम-भक्ति की आवश्यकता है। उस भक्ति का एक स्वरूप (या सर्वोत्तम स्वरूप) सम्पूर्ण कर्म ईश्वर के प्रति समर्पण करना है।

यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोषि ददासि यत्। यत्तपस्यसि कौन्तेय तत्कुरुष्व मदर्पणम्॥ (गीता 9-26)

इसी प्रकार अहुनवर में भी कहा गया है कि मनुष्य को 'जीवन के प्रभु का कार्य करने वाला' बनना चाहिए और ऐसा करने से वोहु-मनो (अच्छा मन) का पुरस्कार उसे प्राप्त होता है। वोहु-मनो (अच्छा मन) मन की विशुद्धि प्रदर्शित करता है। मन में से अहंकार (मैं-तू का भाव) दूर करने के लिए वोहु-मनो प्रकट होता है और उसके होने पर सब जीवों के प्रति प्रेम उद्भव होता है। वोहु-मनो प्रेम शक्ति प्रकट करता है और वह प्रेम केवल मनुष्यों के लिए ही नहीं प्रत्युत सारे जीवों के लिए ह। वोहु-मनो प्राणिमात्र के अधिष्ठाता हैं, खास करके गौ—पशु—रक्षा उनका प्रधान कर्तव्य माना जाता है।

(3) उपर्युक्त दोनों मार्ग तो मनुष्य की अपनी सिद्धि के काम आते हैं। ज्ञान तथा भक्ति दोनों साधनों से मनुष्य अपना जीवन सार्थक कर सकता है परन्तु फिर भी पूर्ण मोक्ष तो उसे नहीं प्राप्त होता। पूर्ण मोक्ष की प्राप्ति के लिए तो ईश्वर (अहुरमज्द) का सम्पूर्ण प्रभाव प्राप्त करना चाहिए। उसकी समानता प्राप्त करनी चाहिए। इसके लिए अहुरमजद क्षथ (क्षथ्र) साधन करना चाहिए। यह साधना गरीब, लाचारों का रक्षक बनने से प्राप्त होती है। इसमें कर्ममार्ग स्पष्ट दिखाई देता है। हमारा धर्म इस मार्ग पर विशेष जोर देता है और आज भी जरथोस्ती लोग (पारसी जाति) कर्म योग में आगे बढ़े हुए दिखाई देते हैं।

इस प्रकार ईश्वर-प्राप्ति के तीन मार्ग—ज्ञान, भक्ति, कर्म—का समानतापूर्वक साधन करने से ही मनुष्य मोक्ष का अधिकारी बनता है। ऐसी अहुनवर की शिक्षा है। इसी कारण से यह मन्त्र परम पवित्र माना जाता है। ईश्वर ने सृष्टि रचना से पूर्व ही यह मंत्र उच्चारण किया ऐसा कहा जाता है अर्थात इन नियमों के आधार पर सृष्टि की उत्पत्ति हुई और उसकी प्रगति के लिए ये ही तीनों मार्ग नियत हुए।

एक जगह ऐसा लिखा है कि यदि कोई मनुष्य अहुनवर के मन्त्र का शुद्ध उच्चारण करके पाठ करे और उस का भावार्थ सम्पूर्णरूप से समझे तो उसे दूसरे सब मन्त्रों के पाठ करने के समान ही पुण्यप्राप्ति हो। जिस प्रकार कि त्रिविध योगसाधना इस मन्त्र में समाहित है उसे देखते हुए इस कथन में जरा भी अतिशयोक्ति नहीं है।

---

* ई० स० 228—651 तक।

** 'अष' का एक रूप 'अर्त' भी है। वह ऋत के साथ मिलता है, यह तो स्पष्ट ही है।

इस्लाम और योग

डॉ० वेदप्रकाश जुनेजा
(12-सुभाष कालोनी, करनाल)

इस्लाम सम्प्रदाय पर भारतीय योग-साधना का प्रभाव प्रायः समस्त विद्वान् स्वीकार करते हैं। महापण्डित राहुल सांकृत्यायन ने इस्लामिक सूफीवाद को नव-अफलातूनी रहस्यवाद तथा भारतीय योग का मिश्रण माना है। भारत में प्रवेश के पश्चात् सूफी कवियों के काव्य में नायक द्वारा अपने अभिमत की प्राप्ति के लिए योगी बनकर निकल पड़ना तथा अनेक यौगिक क्रियाओं तथा स्थितियों से निकलने के पश्चात् अपने लक्ष्य को प्राप्त करने का वर्णन यही सिद्ध करता है कि सूफी साधना कहीं-न-कहीं नाथयोग से बहुत प्रभावित रही है। डा० मोहम्मद इकबाल भी इसी विचार-धारा को स्वीकार करते हैं कि सूफी साधना ने नाथयोग की षडंगसाधना तथा कुण्डलिनीयोग को स्वीकार करते हुए इसे अपनी साधना का प्रमुख अंग बना लिया था (डॉ०मोहम्मद इकबाल डेवलपमेंट आफ मैटाफिजिक्स इन परसिया पृ० 86) डॉ० रांगेय राघव भी भारत में सूफी साधना के अन्तर्गत हठयोग का प्रचलन, इस पर नाथयोग का प्रभाव ही मानत हैं। (डॉ० रांगेय राघव, गोरखनाथ और उनका युग, पृ० 244)

नव-नाथों की परम्परा में श्रीगुरु गोरखनाथ अत्यन्त सबल तथा समर्थ व्यक्तित्व के स्वामी थे। इनके प्रभाव के परिणामस्वरूप अनेक भारतीय तथा अभारतीय सम्प्रदाय नाथ सम्प्रदाय में अन्तर्भुक्त हो गये अथवा नाथ-सम्प्रदाय से अत्यन्त प्रभावित हुए। राव-जाफरगार, दरियापंथी आदि सम्प्रदाय इसी श्रेणी में आते हैं। सूफी-साधना का नाथयोग से प्रभावित होने का प्रमुख कारण नाथों की रहस्यमयी वाणी तथा नाथयोग में यौगिक क्रियाओं का महत्त्वपूर्ण स्थान माना जाता है। तत्कालीन जनता की नाथयोग के प्रति विश्वास की भावना ने भी सूफी सन्तों को नाथयोग अपनाने के लिए प्रेरित किया। जायसी सूफी परम्परा के प्रमुख कवि माने जाते हैं। इन्होंने पिण्ड में ब्रह्माण्ड, जीव में ब्रह्म की पूर्णता तथा अनन्तता, ब्रह्म और जगत्, नाद, प्राण, मंत्रजप और अजपाजप का प्रतिपादन नाथ सम्प्रदाय की मान्यताओं के अनुसार ही किया है—

सातौ दीप, नवौ खंड, आठौ दिसा जो आहिं।
जो बरम्हंड सो पिंड है, हेरत अंत न जाहिं॥
चख मँह नियम निहारत दूरी। सब घट माहिं रहा भरि पूरी॥

(जायसी-अखरावट 9, 14, 8, 9, 38, 47 आदि)

जायसी द्वारा रचित पद्मावत का पूर्वार्द्ध तो पूर्णरूप से नाथ साधनापद्धति का अनुसरण करता प्रतीत होता ही है (डॉ० भीमसिंह मलिक, जायसी काव्य का सांस्कृतिक अध्ययन, पृ० 208-216)। हठयोग साधना को सूफी साधना के अन्तर्गत नाथयोग के आधार पर ही अपनाया गया है। जायसी ने सूर्य-चन्द्र प्रतीकों का प्रयोग पद्मावत में अनेक स्थलों पर किया है। नाथ-मान्यता के अनुसार सूर्य मूलाधार चक्र में विषप्रस्रावक तत्त्व पिंगला तथा चन्द्र आज्ञाचक्र में स्थित अमृतप्रस्रावक तत्त्व अथवा इड़ा है। जायसी इन प्रतीकों को नायक-नायिका के रूप में प्रयुक्त कर उन्हें माधुर्यः से परिपूरित करते हुए भी उनके साधनात्मक अर्थों की रक्षा करते हैं—

मिली जाइ ससि कां चहुँ पाहां। सूर न चापै पावै छाहां।
चलहिं सूर दिन अथवै जहां। ससि निरमल तै पावसि तहां॥

(जायसी—'पद्मावत', रतनसेन-पद्मावती-विवाह खंड)

कवि ने सूर्य, चन्द्र प्रतीकों का प्रयोग दाम्पत्यपरक अर्थों के अतिरिक्त प्रति पक्षियों के अर्थ में भी किया है। ऐसे स्थलों पर अलाउद्दीन सूर्य तथा रतनसेन चन्द्र है। एक विष तो दूसरा अमृत है। एक उष्ण तथा दूसरा शीतल

प्रवाह है और दोनों ही युद्ध-रत हैं। अलाउद्दीन की सेना अग्निज्वालाओं से युक्त तथा रतनसेन की सेना दधिसागर के समान शीतल और शान्त है। दोनों का युद्ध 'धरती' और 'सरग' का युद्ध कहा गया है, (जायसी—बादशाह चढ़ाई खंड, राजा बादशाह युद्ध खंड) जो योगपक्ष में मूलाधार और सहस्रार की निम्न और उच्च वृत्तियों का संघर्ष कहा जा सकता है। मूलाधारस्थित विषप्रस्रावक सूर्य और सहस्रारस्थित अमृतप्रस्रावक चन्द्र अपने-अपने वर्चस्व की स्थापना के लिए संघर्षरत हैं। वस्तुतः सहजावस्था में पहुँचने के पूर्व साधक को इस संघर्षावस्था से निकलना ही होता है। (डॉ० रामचन्द्र बिल्लौर—जायसी की प्रेम-साधना, पृ० 163) जायसी ने पद्मावत में अनेक स्थलों पर नवनाथों को अत्यन्त श्रद्धापूर्वक स्मरण किया है। गुरुगोरखनाथ के विषय में कवि ने अनेक स्थलों पर उल्लेख किया है—

कन्था पहिरि डंड कर गहा। सिद्धि होइ कहं गोरख कहा।।
गोरख सिद्धि दीन्हि तोहि हाथू। तारे गुरू मछिन्दर नाथू।।
आइ पेम-रस कहा संदेसू। गोरख मिला, मिला उपदेसू।।
(जायसी-'पद्मावत'—पद्मावती-सुआ भेंट-खण्ड)

इनके अतिरिक्त गोपीचन्द्र, भर्तृहरि, मत्स्येन्द्रनाथ आदि नाथों का भी जायसी ने सिद्धि-प्राप्ति के आदर्श के रूप में अनेक स्थलों पर स्मरण किया है—

गोपीचन्द तूं जीता जोगाँ। औ भरथरी न पूज वियोगाँ।।
(जायसी-पद्मावत 160। 2-3)

यह सब सूफी-साधना-पद्धति पर नाथयोग का प्रभाव माना जा सकता है। जहाँ तक हठयोग की साधना-पद्धति को सूफी साधकों द्वारा अपनाने का प्रश्न है, वे पूर्णरूप से नाथयोग की साधना-पद्धति से प्रभावित हैं। उदाहरणार्थ परमतत्व के लिए 'आदि', 'एक' शब्द का प्रयोग करते हुए जायसी ने उसे जगत्कर्ता भी माना है—

सुमिरौं आदि एक करतारू। जेहि जिउ दीन्ह कीन्ह संसारू।
(जायसी-'पद्मावत' 1-1)

इसके साथ ही परमात्मा को उन्होंने 'आपु अलख' तथा 'अलख अकेल' भी कहा है। जायसी की मान्यता है कि वही परमात्मा वन है, पक्षी है, शिकारी है, पुष्प है और पुष्प की सुगन्ध से मस्त भँवर भी वही है। वह स्वयं फल है, स्वयं उसका रक्षक और स्वयं ही उसका भक्षक भी है। वह स्वयं कागज, स्याही, अक्षर और पण्डित भी स्वयं ही है।

आपु अलख पहिले हुत जहाँ (जायसी, अखरावट 1-1)
अलख अकेल सबद नहि भांती (जायसी, अखरावट 1-3)
आपुहि बन औ आपु पखेरू
आपुहि कागद आपु मसि-आपुहि पण्डित अपार।।
(जायसी, अखरावट 17-18)

जायसी के इन उद्गारों की समता गोरखनाथ की इन पंक्तियों से की जा सकती है—

आपण ही मछ कछ आपण ही जाल,
आपण ही धीवर आपण ही काल।
आपण ही सिंघ बाघ आपण ही गाइ,
आपण ही मारीला, आपण ही खाइ।।
आपण ही टाटी फड़िका, आपण ही बंध,
आपण ही मृतग, आपण ही कंध।।
(गोरखबानी, पद सं० 41)

'गोरखउपनिषद्' में कहा गया है कि शक्ति सृष्टि करती है, शिव पालन करते हैं तथा काल संहार करते हैं,

किन्तु मुक्ति केवल नाथ प्रदान करते हैं। नाथ ही एकमात्र शुद्ध आत्मा हैं, शेष सभी बद्ध जीव हैं, ब्रह्मा, विष्णु और शिव भी। (डॉ० हजारीप्रसाद द्विवेदी, नाथसम्प्रदाय पृ०-136) इस सन्दर्भ में जायसी का कथन है—

सरग न, धरति न खंभमय, बरम्ह न बिसुन महेस।
बजर बीज बीरौ अस, ओहि न रंग न भेस।। (अखरावट-2)

अर्थात् संसार में जब धरती, स्वर्ग, ब्रह्मा, विष्णु, महेश कोई न था, तब भी रूप-रंगरहित परमात्मा विद्यमान था। संसार में सभी कुछ उसी के द्वारा निर्मित है। वहाँ भी जायसी पूर्णरूपेण नाथ-योग-मार्ग का अनुसरण करते ही प्रतीत होते हैं। इसी प्रकार गोरखनाथ ने मानव-देह को कायागढ़ की उपमा देते हुए इसी में देवता, मन्दिर, काशी आदि का वास माना है तथा इस गढ़ पर विजय प्राप्त करने से ही अविनाशी ब्रह्म से मिलन संभव माना है। गोरखबानी पद-27) जायसी ने भी पद्मावत के 'पार्वती-महेश-खण्ड' के अन्तर्गत 'गढ़-वर्णन' में शरीर का रूपक प्रस्तुत करके वस्तुतः काया-साधन अर्थात् योग का मार्ग ही प्रशस्त किया है।

'गढ़ तस बाँक जैसि तोरि काया······नौ पौरि तेहि गढ़ मझियारा।'

इसमें शरीर में नौ चक्रों, पाँच विषयों, ब्रह्मरन्ध्र, षट्चक्रभेदन, मूलाधार से ब्रह्माण्ड तक कुण्डलिनी को पहुँचाने वाली सुषुम्ना नाड़ी तथा बंकनाल का योगपरक वर्णन प्राप्त होता है।

जायसी ने अपने काव्य में नाथयोग में प्रचलित शब्दावली का प्रयोग भी प्रायः उसी अर्थ में किया है, जैसा नाथ योगी करते हैं। नाथयोगी सहस्रार में शिवशक्ति का मिलन अपनी साधना का अन्तिम सोपान मानते हैं, क्योंकि वे सहस्रार को कैलाश का नाम देते हैं, जो पंच महाभूतों से ऊपर महाशून्य अथवा महासुख का स्थान है। जायसी भी—

सात खण्ठ ऊपरा कविलासू। जहाँ सोव नारि सेज सुखवासू।
तिन्ह पावा उत्तम कविलासू। जहां न मीचु सदा सुखवासू।।

—कहकर नाथयोगियों की मान्यता का ही समर्थन करते हैं।

मेखला, शृंगी, सेली, गूदरी, खप्पर, कर्णमुद्रा आदि चिह्नों से युक्त योगी को नाथयोगी माना जाता है। पद्मावत के 'जोगी खण्ड' में जायसी ने रतनसेन को राजसिंहासन त्यागकर योगी-वेश में चित्रित किया है। उसका यह वर्णन एक नाथयोगी का ही है। 'पार्वती-महेश-खण्ड' के अन्तर्गत भी जायसी ने आदिनाथ शिव के वेश का वर्णन करते हुए शरीर पर कथरी, अस्थिमाला, रुण्डमाल, हाथ में चँवर, घण्टा, डमरू के अतिरिक्त नाथ-योगियों में प्रचलित अन्य उपकरणों का भी उल्लेख किया है। वसन्तपंचमी के दिन शिवपूजन के आयोजन में कवि पर नाथपरम्परा का ही प्रभाव है। पार्वती द्वारा रतनसेन की परीक्षा की प्रेरणा भी सम्भवतः पार्वती द्वारा भुवनमोहिनी का रूप धारण कर मीननाथ, गोरखनाथ आदि की योगसाधना की दृढ़ता की परीक्षा लेने से मिली प्रतीत होती है। सिंहलदीप को सिद्धपीठ तथा कदलीवन को सिद्धवन भी जायसी ने नाथयोग से प्रभावित होकर ही कहा है।

नाथयोग में साधना के लिए गुरु को बहुत महत्त्व प्रदान किया है। इस सम्बन्ध में गोरखनाथ का कथन है—

गगन मँडल मे औंमेंधा कूबा तहां अमृत का वासा।
सगुरा होइ सुं भरि भरि पीवै निगुरा जाइ पियासा।। (गोरखवानी, सवदी 23)

जायसी इन्हीं का अनुसरण करते हुए गुरु को शिष्य के लिए नव-जन्म देने वाला मानते हुए उसके बिना सिद्धि असंभव मानते हैं—

विनु गुरु पंथ न पाइअ भूले सोइ जो मेट।
जोगी सिद्ध होइ तब जब गोरख सो भेंट। (पद्मावत 212। 8-9)

इस प्रकार सूफी साधना के अन्तर्गत नाथयोग में प्रचलित प्रमुख तत्त्वों कायारूपक, कायासाधना में प्राण-निरोध, नाड़ी-शुद्धि, आदि विभिन्न प्रतीकों के माध्यम से हठयोग की अभिव्यक्ति, युगनद्धभाव, गुरु की महिमा आदि को पूर्णरूप से अपनाया गया है। जायसी काय साधन की अपेक्षा मन-साधन पर अधिक बल देते हैं तथा कठोर कायिक साधना के स्थान पर सहज साधना में ही नाथयोग को समन्वित कर देते हैं।



महर्षि दयानन्द और योग

—श्री पं० रामदयालु जी शास्त्री

कठोपनिषद् में कर्म मार्ग को दो भागों में विभक्त करते हुए लिखा है—**अन्यच्छ्रेयोऽन्यदुतैव प्रेयस्ते उभे नानार्थे पुरुषंसिनीतः। तयोःश्रेय आददानस्य साधुर्भवति हीयतेऽर्थाद्य उ प्रेयो वृणीते।** जो कर्म प्रारम्भ में अच्छे लगते हैं, कोई कष्ट नहीं होता किन्तु परिणाम दुःखप्रद होता है, उसे परिमार्ग या प्रेयमार्ग कहते हैं, और जिनके प्रारम्भ में विशेष दुःख उठाने पड़ते हैं, किन्तु अन्त में महासुख होता है, उसे श्रेयमार्ग कहते हैं। ये दोनों कर्म मनुष्य को इच्छा की डोरी में बांधते हैं, और सांसारिक सुख-भोगों के मार्ग में दौड़ने वाले उस सुख से वंचित रह जाते हैं। छान्दोग्योपनिषद् में इसी बात को इस प्रकार कहा है—**यो वै भूमा तत्सुखंनाल्पे सुखमस्ति। यत्र नान्यत् पश्यति नान्यच्छृणोति नान्यद् विजानाति स भूमा अथ यत्रान्यत् पश्यति, अन्यच्छृणोति, अन्यद्विजानातितदल्पम्। यो वै भूमा तदमृतमथ यदल्पं तन्मर्त्यम्।**

जब और कुछ न देखता है, कुछ सुनता है, न कुछ जानता है, उस दशा का नाम भूमा है। जहां अन्य वस्तुओं को देखता सुनता जानता है, उसका नाम अल्प है। भूमा परमसुख है, अल्प घोर दुःख है। अल्प को छोड़कर भूमा में उस अलौकिक आनन्द की प्राप्ति के विषय में महर्षि दयानन्द जी महाराज लिखते हैं—"जिन पुरुष के समाधि योग से अविद्यादि मल नष्ट हो गए हैं, आत्मस्थ होकर परमात्मा में चित्त जिसने लगाया है, उसको जो परमात्मा के योग का सुख होता है, वह वाणी से नहीं, कहा जा सकता।" अब प्रश्न होता है कि यदि उस सुख का वर्णन नहीं हो सकता तो वह क्या है, और क्या हो सकता है। इसके उत्तर में महर्षि लिखते हैं, जैसे शीत से आतुर पुरुष का अग्नि के पास जाने से शीत निवृत्त हो जाता है, वैसे ही परमेश्वर के समीप प्राप्त होने से सब दोष-दुःख छूटकर परमेश्वर के गुण कर्म स्वभाव के सदृश जीवात्मा के गुण कर्म स्वभाव पवित्र हो जाते हैं।" इस प्रकार का सुख प्राप्त करने के उपाय क्या होंगे—इसके उत्तर में महर्षि लिखते हैं— "अष्टांग योग से परमात्मा के समीपस्थ होने और उसको सर्वव्यापी सर्वान्तर्यामी रूप से प्रत्यक्ष करने के लिए जो काम हैं, करने चाहिए।" आस्तिकता में विश्वास रखने वाले लोग गुनाह मुआफ करने, गुनाह अपने ऊपर ले लेने, अथवा मोक्ष में सांसारिक भोगों को बिना रोक-टोक भोगने पर विश्वास रखते हैं, किन्तु जितना सुन्दर निर्दोष निरूपण मोक्ष का महर्षि दयानन्द जी ने किया है, और कोई नहीं कर पाया।

अष्टांग योग के द्वारा अन्तर्यामी प्रभु में संलग्न होने के सन्दर्भ में योग दर्शन के 'योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः।' एवं 'तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम्' दोनों सूत्रों के विमर्श में महर्षि लिखते हैं—

"उपासनासमये व्यवहारसमये वा परमेश्वरादतिरिक्तविषयादधर्म व्यवहाराच्च मनसोवृत्तिः सदैव निरुद्धा रक्षणीयेहि। यदा सर्वस्माद् व्यवहाराद् मनोऽवरुध्यते तदास्योपासकस्य मनोद्रष्टुः सर्वज्ञस्य परमेश्वरस्य स्वरूपे स्थितिं लभते।"

अर्थात—उपासना के समय और व्यवहार के समय परमेश्वर को छोड़कर अन्य सांसारिक विषयों से और अधर्म व्यवहार से मन को रोकना चाहिए। मन को रोक कर कहाँ ठहराया जा सकता है, इसके उत्तर में महर्षि कहते हैं कि समस्त व्यवहारों से रोककर सर्वज्ञ परमात्मा के स्वरूप में स्थिर करना चाहिए।

गीता में कहा है—अभ्यासेन तु कान्तेय वैराग्येण च गृह्यते। मन को एक तरफ से रोकना और दूसरी ओर भगाने का साधन अभ्यास वैराग्य है। संसारिक भोगों से विरक्ति तथा ईश्वरे परानुरक्ति ही 'ईश्वर में सुरति का नाम अभ्यास वैराग्य है। योगदर्शन के 'अभ्यासवैराग्यभ्यां तन्निरोधः' सूत्र के भाष्य में महर्षि व्यास ने यही आशय व्यक्त किया है कि प्रमाण-विपर्ययविकल्प-निद्रा-स्मृति-इन पांच प्रकार की मन की वृत्तियों को अभ्यास एवं वैराग्य के द्वारा ही रोका जा सकता है। यही समाधियोग का साधन है।

इस पर महर्षि दयानन्द जी महाराज की टिप्पणी है कि—"जैसे जल के प्रभाव को एक ओर से दृढ़ बाँध के रोक देते हैं, तब वह जिस ओर नीचा होता है, उस ओर चलके कहीं स्थिर हो जाता है, इसी प्रकार मन की वृत्ति भी जब बाहर से रुकती है, तब परमेश्वर में स्थिर हो जाती है।" उस समय केवल एक ही वस्तु सामने रहती है जिसे योग दर्शन में - तज्जपस्तदर्थभावनम् की दशा कहा है। महर्षि दयानन्द जी ने इस सूत्र के व्याख्यान में लिखा है—प्रणवं जपतः प्रणवार्थं च भावयतश्चित्तमेकाग्रं सम्पद्यते। स्वाध्यायाद् योगमासीत योगात्स्वाध्यायमामनेत्।

स्वाध्याययोग संतत्या परमात्मा प्रकाशते। ऋग्वेदादि भाष्य भूमिका।

अर्थात्—स्वाध्याय से योग और योग से स्वाध्याय होता है। आत्म-चिन्तन से योग और योग से आत्म-चिन्तन होता है। योग और आत्मचिन्तन दोनों की उत्कृष्ट दशा में आत्मा में ईश्वर का प्रकाश होता है।

योग के आठ अंगों में यम-नियम-प्राणयाम-प्रत्याहार—ये चारों पृष्ठभूमि और आधार हैं, जिनके आश्रय से परमानन्द की भित्ति खड़ी की जा सकती है, किन्तु आसन-धारणा-ध्यान-समाधि में अवलम्बन है, जिसके सहारे चढ़ सकता है, शेष तीनों फल हैं, परिणाम हैं।

'स्थिर सुखमानसम्'—सूत्र की व्याख्या में महर्षि की अनुभूति यह है कि पद्मासन-वीरासन-भद्रासन-स्वास्तिक-दण्ड-पर्ययक-क्रौंचनिषदन-हस्तिनिषदन-उष्ट्र निषदन सर्प—संस्थान ये आसन हैं, किन्तु स्थिर सुख जिसमें सुखपूर्वक शरीर और आत्मा स्थिर हो उसका नाम ही आसन है। किन्तु सब ओर से हटकर नदी जैसे समुद्र में प्रवेश करती है, उसी प्रकार वृत्ति केवल ईश्वर में ही होवे तब धारणा होगी।

"नाभिचक्रे हृदयपुण्डरीके मूर्ध्नि ज्योतिषि नासिकाग्रे जिह्वाग्रेचित्तस्य वृत्तिमात्रेण बन्धः" नाभि-हृदय-नासिका जिह्वाग्रआदि देश में बंध कर देने का नाम धारणा है। वहां इतना लीन हो जाता है, जैसे अग्नि में लोहा भी अग्नि रूप हो जाता है, उसी प्रकार परमेश्वर के ज्ञान में प्रकाशमय होकर आपको भूले हुए के समान जानकर आनन्द और ज्ञान से परिपूर्ण हो जाता है।

योग का नवम अंग—संयमः

ध्यान और समाधि में रहना अन्तर है कि ध्या करने वाला जिसका ध्यान किया जाये और ध्यान-इन तीनों के स्वरूप का जब तक आभास रहता है तब तक इसे ध्यान कहते हैं। तीनों का भेद मिटकर आनन्दस्वरूप ज्ञान में मग्न हो जाता है तब समाधि हो जाती है। परन्तु 'धारणा ध्यान समाधि त्रयमेकत्र संयमः।' धारणा ध्यान समाधि इन तीनों का एक काल में एकत्रित हो जाने की स्थिति का नाम संयम है। महर्षि कहते हैं—संयमश्चोपास नाया नवमङ्गम्। संयम उपासना का नवम अङ्ग हैं। यह सर्वोत्कृष्ट योग की सबसे ऊंची दशा है।

महर्षि दयानन्द पूर्ण योगी थे

ईश्वरोपासना में लीन होने के जितने लाभ हैं उनका वर्णन करते हुए महर्षि लिखते हैं—"आत्मा का बल इतना वढ़ेगा कि वह पर्वत के समान दुःख आने पर भी नहीं घबरायेगा।" योगदर्शन में कहा है—

मैत्र्यादिषुबलानि। कण्ठकूपे क्षुत्पिपासानिवृत्तिः।

मैत्री करुणा मुदिता आदि में संयम करने से योगी को अमोघ बल प्राप्त होता है। कंठ-कूप में संयम करने से भूख-प्यास पर विजय प्राप्त कर लेता है।

कर्णवास में शीतकाल में केवल धान का पुआल विछा कर लगोटी मात्र में रह कर साधना में लीन रहना, हाथों पर सारे शरीर को तोल कर पसीने में तर होना, भूखे-प्यासे रह कर अखंड समाधि लगाना, विक्रमसिह की बग्घी रोकना, कर्णसिह की तलवार तोड़ना, रीछ आदि हिंसक पशुओं का मुकाबला करना, काशी-किशनगढ़-मथुरा में सैंकड़ों आक्रमणकारियों को ललकारना आदि जीवन विभूतियां सिद्ध करती हैं कि महर्षि ने अपने योग और तपोबल से ही संसार की भ्रान्तियां की जड़ें हिला दी थीं। अतः योगिराज दयानन्द इस युग में अजेयचद्येपश्कश्रेय स्तकासीतु योगी दयानन्द सरस्वतीयतिः। ◻

Swami Vivekanand



Described as "The soul of puissance if ever there was one, a very lion among men," he who came to be known the world over as Swami Vivekananda lived for only 39 years. He was born on January 12, 1863, and named Narendra Nath. His father Vishwanath Datta, was a well-known Calcutta attorney, and his mother, Bhuvaneshwari, was known as a highly intelligent woman. Narendra Nath's early years were spent in a home characterised by purity and truthfulness. In his boyhood Narendra showed remarkable capacities of intellect, powers of concentration and qualities of courage, self-confidence and resourcefulness. While still in his teens and studying in college, he was greatly influenced by science and logic. He was at that time sceptical, and yet he had a great yearning in his heart to touch something absolutely perfect.

This burning quest in the spirited and fearless young man drove Narendra to seek from those who claimed to be God-hnowers and God-lovers the answer to one question: Have you seen God ? No one gave him a satisfactory answer. Then one day some friends took the sceptical Narendra to the Kali Temple at Dakshineshwar, some miles from Calcutta, to see Sri Ram Krishna.

In 1886 the young men took the vows of sannyasa and started a Math under extremely difficult conditions, bravely undergoing many privations.

After a fierce inner struggle to integrate his intellect his fiery spirit and his inherent spirituality, the two-fold mission of this man of destiny—namely, the quest for God and service to mankind—was to crystalize into a progressive action. On May 31, 1893, with the new name of Swami Vivekananda, he sailed from Bombay for the first World Parliament of Religions in Chicago, USA. He was 30years old and an unaccredited delegate among the many religious leaders from numerous faiths and sects all parts of the world. Nevertheless, Swami Vivekananda captured the centre of the stage of the Parliament. His magnetic presence brought people cheering to their feet as he began his first address: "Brothers and Sisters of America ..". The New York Herald had this to say: "He is undoubtedly the greatest figure in the Parliament of Religions."

After the Parliament he toured the United States and later visited England, Europe, China and Japan. He won many followers, a good number of whom came to be with him in India. He made a second trip abroad in 189). But his strenuous schedules ever since his days as a wandering sannyasin had affected his health adversely. He began to feel that his mission on earth was drawing to a close, and his last year was spent in the Math at Belur. On July 4, 1902, Swami Vivekananda went to his room, lay down, and quietly left his body. He was 39 years old.

Swami Vivekananda's life corresponded to a time in the earth's history when men and women throughout the world began to ask for a wider vision of life, a more comprehensive vision that would harmonise the diverse claims of science and spirituality.

□□□

श्री अरविन्द का योग

(लेखक—श्रीनलिनीकान्त गुप्त, पाण्डीचेरी)

(१)

श्री अरविन्द ने जब कहा कि "हमारा योग हमारे लिए नहीं, प्रत्युत मनुष्य जाति के लिए है" तब बहुतों के घबराये हुए प्राण स्वस्थ हुए, क्योंकि उन्हें अब यह आशा हुई कि श्री अरविन्द जैसे महान् पुरुष संसार के लेखे सर्वथा नहीं से नहीं हो गए हैं, कुछ तो बचे हैं, नहीं तो (उनकी समझ से) डर तो यह था कि हिन्दुस्तान में जैसे अन्य अनगिनती संन्यासी बराबर से ही होते आये हैं, वैसे ही यह भी एक और हुए जिनसे न देश का कोई लाभ, न मनुष्य जाति का कोई उपकार!—देश और मनुष्य जाति को जाने दीजिये, उनका अपना ही कोई उपकार होता हो सो भी नहीं देखने में आता ! लोगों ने तो यह समझा था कि श्री अरविन्द का योग एक आधुनिक चीज है और उसका लक्ष्य है मनुष्य जाति की सेवा। उनकी आत्म-स्थिति और आत्म-साधना का सार-तत्त्व चाहे मनुष्य जाति की सेवा न हो, पर उसका फल, कम-से-कम, मनुष्य जाति की सेवा तो है ही। इन लोगों के विचार से श्री अरविन्द का योग कोई ऐसा कौशल था जिससे कुछ ऐसी अदृष्ट शक्तियों का पता लगे और उनसे काम लिया जाय जो कि मनुष्य-जीवन को अच्छा करने और उसका दुःख दूर करने में केवल बौद्धिक और वैज्ञानिक पद्धतियों से अधिक काम कर जाये।

श्री अरविन्द ने जब यह देखा कि हमने जो कुछ कहा उसका मतलब तो ये लोग कुछ और ही लगा रहे हैं और असल चीज को ही भुला रहे हैं इसलिए उन्होंने अपने पुराने शब्द बदल दिये और यह कहा कि "हमारा योग मनुष्य जाति के लिए नहीं, बल्कि परमात्मा के लिए है।" पर ऐसा मालूम होता है कि श्री अरविन्द की यह बात लोगों को अच्छी नहीं लगी, उन्होंने इसे पैंतरा बदलना समझा और उदास हो गये, क्योंकि अब तो यह आशा बिल्कुल ही जाती रही कि श्री अरविन्द देश या संसार का काम करने के लिये कभी लौटेंगे। अब तो यह समझा जाने लगा कि अरविन्द सांसारिक पदार्थों की माया से बिल्कुल अलग 'वेदान्त' में डूब गये हैं और संसार के लिये वैसे शुष्क और नीरस हो गये हैं जैसा कि अक्षर ब्रह्म।

(२)

श्री अरविन्द की साधना के लक्ष्य का ठीक-ठीक अनुमान करना हो तो यह अच्छा होगा कि हम उनके दिये हुए दोनों वचनों को एक करके यह कहें कि उनका उद्योग मनुष्य जाति में भगवान् को पाना और प्रकट करना है। यही सेवा है जो वह मनुष्य जाति की करना चाहते हैं—अर्थात् मनुष्य जाति में भगवान् को अभिव्यक्त और मूर्तिमान् करना। मनुष्य जीवन का केवल दुःख दूर करना ही नहीं, बल्कि उसका सर्वथा परिवर्तन और रूपान्तर कराना, मनुष्य जीवन को दिव्य बनाना ही उनका लक्ष्य है।

यहां भी सावधान रहना होगा, अन्यथा अनेक प्रकार के भ्रम हो सकते हैं। मनुष्य जीवन को दिव्यत्व प्राप्त कराने का यह कोई खास मतलब नहीं है कि सारी मनुष्य जाति ही बदल जाएगी और सब मनुष्य देवता हो जायेंगे। इसका मतलब है विकास, अर्थात् पृथ्वी पर श्रेष्ठ जाति के मनुष्यों का प्रकट होना, ठीक वैसे ही जैसे पशुयोनि से ही विकास होते-होते मनुष्य उत्पन्न हुआ। इसका यह मतलब तो नहीं होता कि सारी पशु-जाति ही मनुष्य जाति हो गई

हुआ, इतना ही कि पशु-जाति के रहते हुए पशु-जाति में से ही विकास-क्रम में मनुष्य जाति उत्पन्न हुई। और अब यह होने को है कि मनुष्य जाति के रहते हुए मनुष्यजाति से श्रेष्ठतर मनुष्य जाति उत्पन्न होगी।

यह जो कुछ होने को है, इसके विषय में श्री अरविन्द कहते हैं कि यह केवल हो सकने की बात नहीं है, होने वाली है—इसका होना अनिवार्य ध्रुव सत्य है। यहां यह बात स्मरण रहे कि जिस शक्ति के द्वारा यह कार्य होगा और अभी इस समय हो रहा है वह कोई वैयक्तिक मानव शक्ति नहीं है, चाहे कोई मानवशक्ति कितनी ही बड़ी क्यों न हो; बल्कि वह शक्ति है स्वयं सर्वशक्तिमान् श्री भगवान् की ! श्री भगवान् ही स्वयं उस कार्य में लगे हैं और इसीलिए वह कार्य होने वाला है।

श्री अरविन्द योग की गूढ़ता का यही असली भेद है। श्रेष्ठतर अर्थात् दिव्य मनुष्यों का उत्पन्न होना चाहे कितना ही अद्भुत और आश्चर्यजनक-सा प्रतीत होता हो, पर बात यह है कि यह बात अब नित्य के व्यवहार में आ चुकी है, क्योंकि यह काम किसी मनुष्य द्वारा नहीं हो रहा है बल्कि स्वयं भगवान् अपनी पराशक्ति, परम ज्ञान और परम प्रेम के साथ इस काम को कर रहे हैं। श्री अरविन्द योग की साधना का संपूर्ण रहस्य ही यही है कि सामान्य मानव प्रकृति या स्वभाव में भगवान् उतर आवें—मानव प्रकृति को शुद्ध करें, उसे दिव्य बनावें और उसमें निवास करें। साधक को और कुछ नहीं करना है, केवल शान्त और मौन होकर शन्ति से भगवत्प्राप्ति के लिए उत्कंठ होना, भगवदुन्मुख होना, भगवदनुकूल होना और भगवद्दयाप्रवाह को ग्रहण करना है; उसे स्वयं कुछ भी करने की कोई आवश्यकता नहीं है, न कुछ उसे करना ही चाहिए बल्कि उसके मार्गदर्शक और प्रभु भगवान् ही उसके लिए सब कुछ करते हैं, और भगवान् जो कुछ करते हैं उसके वह केवल अनुकूल होता है। अन्य सब योगमार्ग अथवा पारमार्थिक पंथ, जो पूर्वकाल में हुए, उसका लक्ष्य देहात्म भाव का उत्थान होकर आत्मभाव को प्राप्त होना और उसी में मिलकर लय हो जाना रहा है। मनुष्य के प्राणमय कोष में और मानव प्रकृति के नित्य व्यवहार में भगवान् का अवतरण हो और वहां उसका आसन जमे, यह बात उनके विचार में नहीं थी और यदि किसी अंश में थी भी तो यह उनकी साधना और सिद्धि का मुख्य लक्ष्य नहीं था। और फिर जिस अवतरण की बात यहाँ कही जा रही है वह किसी प्रकार के दैवी या भागवत चैतन्य की बात नहीं है, क्योंकि भगवच्चैतन्य के अनेक प्रकार हैं; यहां अवतरण से अभिप्राय है अपनी शक्ति के साथ भगवान् के निज चैतन्य का अवतरण। कारण, भगवान् के निज चैतन्य के अवतरण के द्वारा ही इस युग का वकासात्मक रूपान्तर साधित हो रहा है।

इस अवतरण का यथार्थ स्वरूप क्या है, वह कैसे होता है, उसका कार्यक्षेत्र कौन-सा है, और उससे क्या-क्या होगा इत्यादि बातों का ब्योरा मुझे यहाँ देना है। कारण, यह जो कुछ है, भगवदवतरण है। भगवज्ज्योति पहले बुद्धि में आती है और वहाँ अपना शुद्धिकार्य आरम्भ करती है—यद्यपि सदा-सर्वदा ही सबसे पहले हृदय के अन्तस्तल में ही भगवत्सत्ता का अनुभव होता है और वहीं से भगवत्कार्य के होने में अनुकूलता मिलती है और फिर बुद्धि के ऊपर कार्यारम्भ होता है; बुद्धि के ऊपर इसलिए कि बुद्धि ही सामान्य मनुष्यभाव की पराकाष्ठा है और भगवज्ज्योति के प्रकाश के जो प्रवाह आते हैं उन्हें बुद्धि ही अधिक सुगमता और तत्परता से ग्रहण करती है। बुद्धि से वह प्रकाश छनकर चित्त की नानाविध वृत्तियों और वासनाओं तथा जीवन-कर्मों और प्राण-कर्मों के स्थूल जगत् में आता है; अन्त में यह प्रकाश भौतिक देह के जड़ और तमसाच्छन्न जगत् में आता है, क्योंकि जड़ शरीर को भी तो प्रकाशमय करके परम ज्योति का ही आकार और प्रतीक बनाना है। मानव-जीवन वह प्रासाद है जिसमें कितने ही कोठे और कितने ही खण्ड हैं और इस प्रासाद के परम कुशल स्थपति और प्रभु स्वयं दयामय भगवान् हैं जो इस प्रासाद को भगवत्सत्य की परमानन्द लीला और परम सौन्दर्य की अभिव्यक्ति के साँचे में ढालने के लिए ही दयाभाव से अवतरित हुआ करते हैं। पर

यह बात ऐसी है कि इसे वही मनुष्य और भी अच्छी तरह से सोच-समझ सकता है जो इस मार्ग के रहस्य-द्वार के अन्दर आ गया हो और दीक्षा के मुख्य अंग साध चुका हो।

दूसरी बात जो साधारण मनुष्य के मन को बेचैन कर देती है वह यह है कि यह सब आखिर कब होगा —अभी या एक सहस्र संवत्सर के बाद या किसी ऐसे भविष्यकाल में, जिसकी गणना देववर्षों से की जाय ? अथवा वह समय इतना दूर हो सकता है जैसा कि दूरत्व-सादृश्य के लिए एक सज्जन ने सूचित किया है कि जितना कि सूर्य के ताप-रहित होकर ठंडे हो जाने का समय। कार्य की महत्ता और प्रचण्डता को देखते हुए यदि यह कहा जाय कि इसके लिए अनन्त काल हमारे सामने है तो कुछ भी अनुचित न होगा, और एकाध शत संवत्सर या सहस्र संवत्सर भी इतने बड़े काम के लिए कोई चीज नहीं है, कारण, यह कार्य तो अतीत के असंख्य सहस्र संवत्सरों के सञ्चित को मिटाकर एक बहुत दूर आगे बढ़ा हुआ भविष्य निर्माण करना है। तथापि जैसा कि हम पहले कह चुके हैं, यह कार्य भगवान का अपना कार्य है और योग का अर्थ भी कार्य करने की वह एकायनीभूत संश्लिष्ट अवगुण्ठित पद्धति है जिससे वर्षों में होने वाला काम एक मिनट में हो जाय, इसलिए यह आशा की जा सकती है कि जिस कार्य की यहां बात है वह कार्य संपन्न होने में बिलम्ब की अपेक्षा शीघ्रता ही अधिक है। यह जो कुछ होना है यहीं होना है और अभी होना है—इसी पार्थिव जीवन की इस पृथ्वी पर और अभी इसी जीवन में, इसी देह के रहते हुए—फिर कभी या और कहीं नहीं। आखिर इसमें निश्चित रूप से कितना समय लगेगा, इसका ठीक-ठीक उत्तर तो कई बातों पर निर्भर करता है पर इसमें दस-बीस वर्ष इधर-उधर हो जाना कोई बात नहीं है।

यह जो कार्य होगा सो कितना व्यापक होगा, यह कोई विचार की मुख्य बात नहीं है। कारण, विस्तार या फैलाव कोई चीज नहीं है, चीज तो चीज ही है। वह थोड़ी भी हो अर्थात् उसका क्षेत्र छोटा ही क्यों न हो, तो भी, कम-से-कम आरम्भ के लिए, वह बहुत है यदि वह असली चीज है—

स्वल्पमप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात्।

अब यदि कोई यह पूछ बैठे कि जो कुछ तुम कह रहे हो उसका प्रमाण क्या है, इस बात का क्या आश्वासन है कि यह भी एक प्रकार के मृगजल का पीछा करना नहीं है ? तो इसका उत्तर तो यही है कि चीनी की मिठास चीनी को जीभ पर रखने से ही मालूम हो सकती है।

(३)

अब अन्त में इस लेख के नामकरण के सम्बन्ध में भी एक बात कहनी है। क्योंकि लोग पूछ सकते हैं कि क्या अध्यात्म जीवन भी कोई कला है ? आप इसे कलाओं की पंक्ति में कैसे बैठाते हैं ?

एक विशेष दृष्टि से, अर्थात् पदार्थ मात्र की वास्तविक अन्तःसत्ता की दृष्टि से, अध्यात्म जीवन कम-से-कम सब कलाओं का मूल तो है ही, चाहे उसे सबसे श्रेष्ठ कला कहने में किसी को कोई संकोच भले ही होता हो। पदार्थ मात्र के अन्तःस्वरूप को व्यक्त कर देना ही कलामात्र का हेतु है और पदार्थ मात्र का अन्तःस्वरूप यथार्थ में उसकी अन्तरात्मसत्ता है। इसलिए अध्यात्म जीवन अर्थात् आत्मा-परमात्मा के साथ चैतन्ययुक्त संबंध-स्थापन का अभ्यास कलाओं की पावन पंक्ति में अग्रपूजा का मान ही पाने योग्य है। फिर अध्यात्मजीवन सबसे श्रेष्ठ और सबसे कठिन कला है, क्योंकि वह जीवन की ही कला है। जीवन को ऐसा परम सुन्दर और दर्शनीय बना देना कि जिसके अंग-अंग में निर्मलता और पवित्रता झलकती हो, जिसकी छन्दोमय गति प्रमाद-रहित हो, रोम-रोम में जिसके शक्ति सञ्चरित हो रही हो, कान्ति जिसकी शुभ्र ज्योति से सुरंजित हुई और गात्र जिसके आनन्द से स्फुरित और उत्फुल्ल हो रहे हों—तात्पर्य, जीवन को ऐसा बनाना कि यह भगवान की प्रतिमा हो, अध्यात्म जीवन का सबसे ऊंचा लक्ष्य है। इस दृष्टि से देखा जाय तो श्री अरविन्द जिस अध्यात्म जीवन की साधना करते हैं वह कला-सृष्टि की सबसे बड़ी चीज है।

हमारे अध्यक्ष—महात्मा आनन्द स्वामी

—आचार्य भगवान देव

जीवन में कुछ बनने के लिए गृह को त्याग करके निकल पड़ा। अनेक साधु-सन्तों के पास गया। जंगल-पहाड़, मठ-मन्दिरों में चक्कर काटे, परन्तु सच्ची राह दिखाने वाला नहीं मिला। जिसको मैं अपना रहबर, मार्ग-दर्शक, अथवा गुरु कह सकूं।

बड़े-बड़े महामण्डलेश्वर, जगद्गुरु, मठाधीशों ने चाहा कि हम उनके शिष्य बन जाएं, परन्तु उनके जीवन की गहराई में जाने पर उनकी कथनी और करनी में जमीन-आसमान का अन्तर नजर आया।

हमें ऐसी ज्योति की आवश्यकता थी, जो स्वयं जलकर राह-भटके मानव को प्रकाश दे सके, जिसका जीवन वास्तविकता के आधार पर हो, मन-वचन-कर्म में समानता हो।

"जिन खोजा तिन पाइया" परमात्मा की असीम कृपा हुई। एक दिव्य पुरुष जिन्होंने सारा जीवन आर्य समाज को समर्पित कर रखा था, गृहस्थ जीवन में भी एक सच्चे आर्य प्रचारक का कार्य करते रहे और एक दैनिक पत्र के सम्पादक होते हुए भी दिन-रात मानव-जाति की सेवा करना जिनका लक्ष्य था, नाम सुन रखा था वैदिक मर्यादाओं के अनुसार उन्होंने संन्यास ले लिया। अपना नाम रखा—आनन्द स्वामी। संन्यासी बनकर चले गए अज्ञात एकान्त स्थान पर। उन्हें मिलने की इच्छा प्रबल थी। प्रभु-कृपा से साक्षात् हुआ। "स्वाध्याय प्रभु भक्ति, नित्य कम से कम एक घण्टा अवश्य किया करो। तुम्हें अवश्य मंजिल मिलेगी। परमात्मा आपको और भक्ति-शक्ति दे।" यह कार्य तो नित्य ४-६ घण्टे चलता था, परन्तु उस दिन से एक अजीब अनुभूति होने लगी। भटकता मन स्थिर होने लगा। स्वाध्याय में आनन्द आने लगा। मैं स्वामी जी का कृपापात्र बना।

स्वामी दयानन्द की जन्म-भूमि टंकारा आश्रम का कई वर्ष अध्यक्ष रहते हुए, सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा के सात वर्ष सक्रिय उपमंत्री रहते हुए, देश की अनेक संस्थाओं का निकटता से जवाबदार अधिकारी पद पर रह कर महात्मा आनन्द स्वामी काम करते रहे।

स्वामी जी का जन्म १५ अक्टूबर, १८८२ में जलालपुर जट्टा पंजाब में हुआ था। आपका विवाह सन् १९०५ में मेलादेवी के साथ हुआ। सन् १९१२ में लार्ड रीडिंग बम-केस में आप राजद्रोही घोषित किए गए। सन् १९२१ में मालाबार में मोपला अत्याचारों से पीड़ित हिन्दुओं की सेवा एवं रक्षा की। सन् १९२३ में १३ अप्रैल की वैशाखी से लाहौर से "मिलाप" पत्र का प्रकाशन शुरू किया। गढ़वाल, कश्मीर, बिहार, क्वेटा के संकट में लोगों की सेवा की। १९३९ में हैदराबाद में निजाम के अत्याचारों के खिलाफ आन्दोलन में भाग लिया। सात मास जेल में रहे। सिंध सत्याग्रह में १९४६ में भाग लिया। १९४७ के विभाजन में लाहौर से दिल्ली आए। १९४९ में संन्यासी बने। सन् १९५५ में केनिया, युगांडा, तंजानिया आदि देशों में वैदिक धर्म का प्रचार करने गए। सन् १९५७ में हिन्दी रक्षा आन्दोलन में भाग लिया। सन् १९६२ में प्रचारार्थ मौरिशस गए। वहां से केनिया, जंजीबार गए। १९६७ में गौ रक्षा आन्दोलन में भाग लिया। सन् १९६८ में आर्य महासम्मेलन हैदराबाद के अध्यक्ष बने। सन् १९७३ में मौरिशस आर्य महासम्मेलन में भाग लिया। सन् १९७५ में आर्य समाज स्थापना शताब्दी समारोह जो दिल्ली में मनाया गया उसके अध्यक्ष बनाए गए। जामामस्जिद दिल्ली के शाही इमाम अब्दुल्ला बुखारी ने मस्जिद से बाहर आकर आपको फूल माला पहनाकर स्वागत किया। सन् १९७७ में २४ अक्टूबर को आर्य समाज के इस महान सन्त ने इस दुनिया से सदा के लिए विदाई ली।

आपने महा मंत्र, प्रभु भक्ति, मन की बात, प्रभु-भक्ति, देश-भक्ति, एक ही रास्ता आदि अनेक ग्रंथ लिखे जिनसे संसारभर के लोगों ने लाभ उठाकर अपना जीवन-महान बनाया।

आचार्य भगवान देव

राष्ट्रमाता इन्दिरा गांधी



परम योगिनी

अमर शहीद इन्दिरा गान्धी

आचार्य भगवानदेव

"अगर देश की सेवा करते हुए मेरी जान भी चली जाए तो मुझे गर्व होगा। मुझे भरोसा है कि मेरे खून की हर बूंद देश के विकास में योगदान देगी और देश को मजबूत कर गतिशील बनाएगी।

—इन्दिरा गान्धी

मृत्यु से पूर्व मृत्यु का पता उस व्यक्ति को लगता है जो योगी, दिव्य दृष्टि अथवा निर्दोष होता है। अमर शहादत से एक दिन पूर्व भुवनेश्वर में कहे गए इन्दिरा जी के शब्द एक स्थितप्रज्ञ, दिव्य शक्ति अथवा महान् योगी का लक्षण है।

वास्तव में—

"Men have sight women insight"

"मनुष्य को दृष्टि होती है और नारी को दिव्य दृष्टि।

मृत्युञ्जय श्रीमती इन्दिरा गान्धी के जीवन पर दृष्टिपात करते हैं तो उसमें एक ऐसी अलौकिक शक्ति और दिव्य-दृष्टि हम पाते हैं जिसको समझने के लिये संसार की अनेक शक्तियों एवं महान् व्यक्तियों का दिमाग चकरा जाता है। भवभूति ने ठीक कहा है—

वज्रा दपि कठोराणि मृदूनि कुसुमादपि।
लोकोत्तराणां चेतांसि को हि विज्ञा तुमर्हति॥

"उत्तम पुरुषों का हृदय वज्र से भी कठोर और फूल से भी कोमल होता है—उसे जानने में समर्थ कौन है?"

इन्दिरा जी के विशाल, विभिन्न विविधताओं से परिपूर्ण जीवन को समझना, सर्व साधारण की शक्ति के बाहर की बात है।

"A really great man is known by three signs—generosity in the design, humanity in the execution, moderation in success."

"वास्तविक महान् व्यक्ति तीन चिह्नों द्वारा जाना जाता है—योजना में उदारता, उसे पूरा करने में मनुष्य और सफलता में संयम।"

श्रीमती इन्दिरा गान्धी के जीवन की अनेक घटनाओं के सबूत हमारे खजाने में हैं। वे इस सिद्धान्त पर खरी साबित हुई हैं। जो कहा—उसे पूरा करके दिखाया और कभी घमण्ड नहीं किया।

७० करोड़ अलग-अलग भाषा बोलने वाले, विभिन्न मजहब के मानने वाले व्यक्तियों के इस विशाल देश भारत में, जिसमें २२ राज्य हैं, नौ केन्द्र शासित प्रदेश हैं, जहाँ अनेक छोटी-छोटी जातियाँ हैं, चीन के साथ एक लम्बी सीमा है, पाकिस्तान का पड़ौस है, जहां अमेरिका ने अड्डा जमा रखा है—वहां एक स्त्री लगभग १६ वर्षों तक सफलता पूर्वक राज्य कैसे करती रही? इसका विश्लेषण करने के लिये अनेक खण्डों में इतिहास लिखना पड़ेगा।

(शेष पृष्ठ टाईटल 3 पर)

प्रथम विश्व युद्ध के बाद तुर्क में जैसे मुस्तफा कमालपाशा और दूसरे विश्व युद्ध के समय चीन के मार्शल च्यांगकाई शेक और योगास्लाविया के मार्शल टीटो तथा फ्रांस के जनरल दीगाल ने अपने राष्ट्र को उठाने के लिये जो महत्वपूर्ण भूमिकाएं अदा की थी, वही भूमिका श्रीमती इन्दिरा गान्धी को अपने जीवन में निभानी पड़ी।

ईरान के मुसाद्दिक, क्यूबा के फिडेल कास्त्रो, मिश्र के गमाल अब्दुल नासिर, पूर्वी अफ्रीका के जोमो कनियाटा और कांगों के पैट्रिस लुमुम्बा, हिन्दचीन के डॉ० होची मिन्ह आदि के अनेक दृष्टान्त हमारे सामने हैं। जैसे ये महान् व्यक्ति अपने यहां अपनी प्रजा में प्यारे थे, वैसा ही प्यार भारत की कोटिश: प्रजा ने श्रीमती इन्दिरा गान्धी के साथ किया। व्यक्ति विशेष को केन्द्र बना कर ही प्रत्येक राष्ट्र के राष्ट्रीय पक्ष कार्य करते हैं। उनके श्रेष्ठ और सुन्दर जनहित के कार्यों के आधार पर लोग उन्हें मानते हैं और श्रद्धा रख कर उनकी पूजा भी करते हैं। सदियां बीत गईं आज भी हम राम, कृष्ण, बुद्ध, महावीर, नानक दयानन्द और गांधी को याद करते हैं। क्यों ?

देश ही नहीं विश्व की पीड़ित, दलित मानव जाति की श्रीमती इन्दिरा गान्धी के प्रति जो प्रबल आस्था थी और है, उसे व्यक्ति पूजा कहना, अपनी अज्ञानता प्रकट करना है। इतिहास का अवलोकन करने से हमें पता लगता है कि अनेक शक्तियां इस संसार में अमर सम्राट् बनने के स्वप्न लेकर आईं, परन्तु अपने अहं, घमण्ड और स्वार्थी जन-विरोधी गतिविधियों के कारण धूल में मिल गईं। क्यों ?

गीता में कृष्ण ने कहा है—

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥७॥

अर्थात् अर्जुन ! जब धर्म का पतन, पाप का प्रादुर्भाव होता है, तब तब मैं जन्म लेता हूं। पापियों के विनाश, सज्जनों की रक्षा एवं धर्म को पुन: प्रतिष्ठित करने के लिए।

श्रीमती इन्दिरा गान्धी ने उस संकट के समय हिन्दुस्तान की बागडोर संभाली जब देश के अन्दर और बाहर काल-विकराल रूप धारण करके मानवता को निगलने पर तुला हुआ था। श्रीमती इन्दिरा गान्धी ऐसे समय एक "दिव्य शक्ति" के रूप में हमारे सामने आईं।

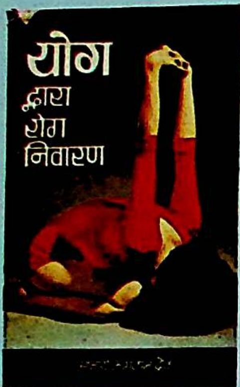
हमने दुर्गा, भवानी, जगदम्बे, काली, को नहीं देखा। पुराणों, किस्से कहानियों की पुस्तकों में उनको प्रेरक जीवन गाथाएं पढ़ीं और सुनी हैं। वे वास्तव में हुई थीं कि नहीं—इस विवाद में पड़ने की हमें आवश्यकता नहीं है। परन्तु यह एक वैज्ञानिक सत्य है कि "पढ़े और सुने-सुनाए से प्रत्यक्ष देखे हुए का अधिक प्रभाव पड़ता है, क्योंकि उसमें सच्चाई होती है। उस सच्चाई को हम इस ग्रन्थ में संक्षिप्त रूप में प्रकट करना चाहते हैं ताकि आने वाली सन्तान को ऐसा एहसास हो कि "हमारे महान् देश भारतवर्ष में एक ऐसी महान् दिव्य शक्ति "इन्दिरा गांधी" के रूप में प्रकट हुई थी, जिसमें दुर्गा, काली, भवानी, जगदम्बा के गुण थे। वह "वज्र जैसी कठोर और फूल जैसी कोमल थी। उस महान् शक्ति को समझने में लोग असमर्थ थे और रहेंगे। आने वाला युग उनकी कही एक-एक बात पर अनुसन्धान करके 'थीसिज' (शोध ग्रन्थ)लिखा करेंगे, जिससे अन्धकार में भटकने वाली मानव जाति को प्रकाश पथ प्राप्त हो सके। वास्तव में वह परम योगिनी थी।

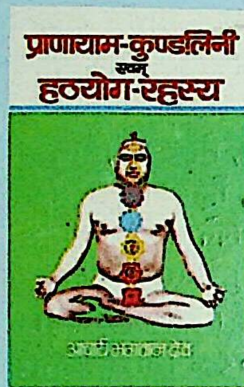
तमसो मा ज्योतिर्गमय

My Lord, From darkness lead me to light.

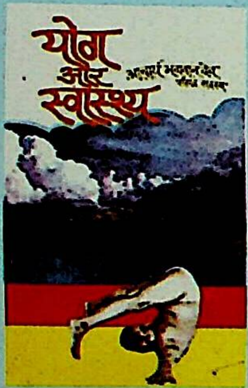
हे प्रभु। मुझे अन्धकार से प्रकाश की ओर ले चल।

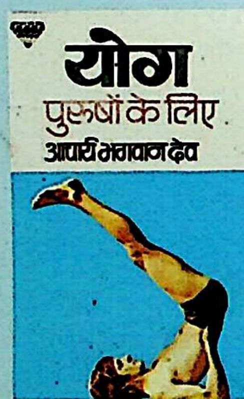
आचार्य भगवान देव की योग विषयक पुस्तकें

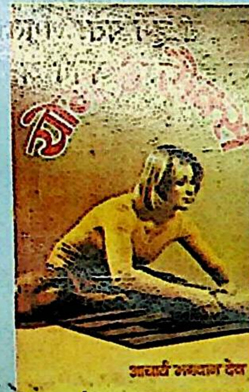












महापुरुषों की जीवनियाँ आचार्य भगवान देव की कलम से:—





राष्ट्र माता इन्दिरा गांधी

महायोगेश्वर शिव



महायोगेश्वर शिव

महायोगेश्वर शिव शंकर योग और योगियों के परमेश्वर एवं आदि और प्रधान योगाचार्य माने जाते हैं। सारे योग इनसे बनते हैं और समस्त योगी किसी-न-किसी योग से इन्हीं से संयोग प्राप्त कर धन्य होना चाहते हैं। ये वास्तव में एक ही हैं। इनके वियोग में योग और योग में वियोग है। ये विभिन्न होते हुए भी एक हैं और एक होते हुए भी विभिन्न हैं। योग के द्वारा इनके स्वरूप को जानकर इन्हें प्राप्त हो जाना ही 'परमयोग' है। योग साधन और साध्य रूप में प्राप्त भी होता है, इन्हीं की कृपा के संयोग से। ज्ञानतः इनका वियोग ही दुःखमय संसार का योग है, और समस्त संसार में ज्ञानपूर्वक इन्हें देखना ही आनन्दमय स्वरूप का योग है। इस संयोग-वियोग का रहस्य भी इन्हीं की वाणी से खुलता है। वे महापुरुष महायोगी भी इस रहस्य को खोल सकते हैं जो इनकी कृपा के पात्र होकर इन्हें जान चुके और पा चुके हैं। उपनिषदों में आता है कि भगवान विष्णु और श्रीशिव से ही हिरण्यगर्भ ब्रह्माजी ने योग प्राप्त किया और उसी योग का विस्तार बाद के आचार्यों द्वारा किया गया।

भगवान हिरण्यगर्भ

योगसूत्र के प्रायः सभी भाष्यकारों तथा वृत्तिकारों का यह मत है कि पातंजल-योगशास्त्र है हिरण्यगर्भशास्त्र के आधार पर रचा गया था। इसके समर्थन में उनका कहना है कि पातंजलि ने पहला सूत्र 'अथ योगानुशासनम्' (अब योग का उपदेश दिया जाता है) रखा है, जिससे यह मालूम होता है कि योगसूत्र में उनका साक्षात् शासन नहीं, वरं अनुशासनमात्र है। फिर महाभारत तथा याज्ञवल्क्य स्मृति में एक वचन यह मिलता है—

हिरण्यगर्भो योगस्य वक्ता नान्यः पुरातनः।

हिरण्यगर्भ ही योग के वक्ता हैं, इनसे पुरातन और कोई वक्ता नहीं है। परन्तु यह हिरण्यगर्भ महाराज कौन थे, इसका वर्णन कहीं कुछ नहीं मिलता। महाभारत में अवश्य ही यह श्लोक मिलता है—

हिरण्यगर्भो द्युतिमान् य एव च्छन्दसि स्तुतः।
योगैः सम्पूज्यते नित्यं स च लोके विभु स्मृतः॥

अर्थात् यह द्युतिमान् हिरण्यगर्भ वही है जिनकी वेद में स्तुति की गई है। इनकी योगी लोग नित्य पूजा करते हैं और संसार में इन्हें विभु कहते हैं 'इससे मालूम होता है योग के आदि प्रवर्तक हिरण्यगर्भ महाराज और कोई नहीं, साक्षात् परमात्मा ही थे। परब्रह्म परमात्मा से योग-सम्बन्धी जो ज्ञान योगाचार्य पातंजलि महाराज को प्राप्त हुआ उसी का विस्तार उन्होंने अपने योगसूत्र में किया। हिरण्यगर्भ श्रीब्रह्माजी का भी नाम है इसलिये किसी-किसी के मत में योग के आदि प्रवर्तक ब्रह्माजी ही हैं।

योगीराज दत्तात्रेय

एक बार अत्रिमुनि की सहधर्मिणी पतिव्रता शिरोमणि अनसूया ने यह वरदान माँगा था कि मेरे गर्भ से ब्रह्मा, विष्णु और महेश तीनों जन्म ग्रहण करें। इसी के फलस्वरूप विष्णु भगवान उनके गर्भ से दत्तात्रेय के नाम से उत्पन्न हुए। ये बचपन से ही विरक्त होकर ऋषिकुमारों के साथ योगसाधना में लग गये थे। अन्त में ये एक बहुत बड़े सिद्ध योगी हो गये। एक बार देवताओं को जम्भासुर ने परास्त कर दिया। तब बृहस्पति की आज्ञा से उन्होंने दत्तात्रेय को प्रसन्न किया और भगवान् दत्तात्रेय की कृपा से राक्षसों का नाश और देवताओं की विजय हुई। भागवत में अवधूत के नाम से स्वयं दत्तात्रेय ने अपने चौबीस गुरु बतलाये हैं। जो इस प्रकार हैं—पृथ्वी, वायु, आकाश, जल, अग्नि, चन्द्रमा, सूर्य, कबूतर, अजगर, सागर, पतंग, मधुकर, हाथी, मधुहारी, हरिण, मछली, पिंगला वेश्या, सिद्ध बालक, कुमारी कन्या, बाण बनानेवाला, साँप, मकड़ी और तितली। इन्होंने कितने ही राजाओं और ऋषियों को यथार्थ धर्म और योग का उपदेश दिया था। इनके नाम पर कितने ही अध्यात्म-शास्त्र प्रचलित हैं, जिनमें कुछ के नाम इस प्रकार हैं—दत्तगीतायोगशास्त्र, अद्भुतगीता, अवधूतगीता, योगरहस्य, दत्तात्रेयोपनिषद्, दत्तात्रेयगोरक्ष, विधागीता इत्यादि प्रसिद्ध हैं।

योगी याज्ञवल्क्य

ऋषि पतंजलि के अतिरिक्त योग के प्रचारक ऋषि याज्ञवल्क्य भी हुए हैं। इनके जीवन के विषय में भी कुछ निश्चित रूप से पता नहीं चलता। यह राजा जनक के दरबार में रहते थे और पीछे से उन्होंने विद्वत्-संन्यास ले लिया था। गृहस्थाश्रम में इनकी मैत्रेयी और गार्गी नामक दो धर्मपत्नियाँ थीं। कहते हैं, एक बार मुनिश्रेष्ठ याज्ञवल्क्य के पास बहुत-से विद्वान्, तपस्वी, योगमार्ग में निष्ठा रखने वाले, ब्रह्मज्ञ ब्राह्मण तथा ऋषि आये। सभा में ब्रह्मज्ञानसम्पन्ना महाभागा मैत्रेयी और गार्गी भी आ उपस्थित हुईं। तब गार्गी ने याज्ञवल्क्य के सामने हाथ जोड़कर प्रार्थना की—

भगवन् सर्वशास्त्रज्ञ सर्वभूतहिते रत।
योगतत्वं मम ब्रूहि सांगोपांगविधा नतः॥

हे भगवन्! हे सर्वशास्त्रज्ञ! हे सर्वभूतहितैषिन्! हमारे सामने यथाविधि सांगोपांग योगतत्व का वर्णन कीजिए। इस प्रकार प्रार्थना करने पर योगियाज्ञवल्क्य ने योगशास्त्र का उपदेश दिया, जो 'योगियाज्ञवल्क्यम्' नाम से प्रसिद्ध है। उन्होंने सागश्रवा आदि मुनियों को वर्णाश्रमधर्म, व्यवहारशास्त्र तथा प्रायश्चित आदि का भी उपदेश दिया था। याज्ञवल्क्य-संहिता के भी प्रवर्त्तक यही माने जाते हैं। इस संहिता में तीन अध्याय और एक हजार बारह श्लोक हैं। इसमें राजधर्म, व्यवहारविधि और दायभाग आदि विषयों का वर्णन है। इसी दायभाग के आधार पर विज्ञानेश्वर भट्टारक ने 'मिताक्षरा' और जीमूतवाहन में 'दायभाग' नामक ग्रंथ का संकलन किया, जो आज भी भारतवर्ष में कानून के रूप में माने जाते हैं। बंगाल में 'दायभाग' और अन्य भागों में 'मिताक्षरा' का आदर है।

योगाचार्य पातंजलि

योगाचार्य पातंजलि कौन थे और कब हुए, इस विषय में कुछ भी निश्चित रूप से पता नहीं चलता। भिन्न-भिन्न शास्त्रों और पुराणों में भिन्न-भिन्न प्रकार के वर्णन मिलते हैं। किसी-किसी का यह भी मत है कि पातजलि स्वयं शेष भगवान् या अनन्त देव हैं। अस्तु, पातंजलि ने सांख्यमत का समर्थन करके उसे प्रत्यक्षमूलक से श्वरदर्शन में परिणत करने के लिए 'सांख्यप्रवचनयोगसूत्र' के नाम से अपना मत प्रख्यापित किया। उन्होंने अपने पूर्ववर्ती योगियों के मत का विशदरूप में और नये ढंग से प्रचार किया और इस कारण उनका मत 'पातंजलदर्शन' के नाम से प्रसिद्ध हुआ। इस दर्शन के ऊपर अनेक भाष्य और अनेक वृत्तियाँ रची गयी हैं।

किसी-किसी का मत है कि इन्हीं ऋषि पातंजलि ने पाणिनीय व्याकरण का महाभाष्य तथा वैद्यक का चरक-संहिता ग्रन्थ रचा था। ये दोनों ग्रंथ अपने-अपने विषय के अद्वितीय हैं। इसी से कहा जाता है—

योगेन चित्तस्य पदेन वाचां
मलं शरीरस्य च वैद्यकेन।
यो पाकरोत्तं प्रवरं मुनीनां
पातंजलि प्रांजलिरानतो स्मि॥

घेरण्ड ऋषि

प्राचीन समय में घेरण्ड नामक एक ऋषि हो गए हैं, जो हठयोग के आचार्य माने जाते हैं। इनका 'घेरण्ड-संहिता' नामक एक योग-ग्रंथ मिलता है। इसमें षट्कर्म, आसन, मुद्रा, प्रत्याहार, प्राणायाम, ध्यान, समाधि आदि का विवरण दिया है।

राजर्षि जनक

भागवत, महाभारत, हरिवंश, रामायण तथा कई उपनिषदों और पुराणों में राजा जनक का वर्णन मिलता है। ये इक्ष्वाकुवशज राजा निमि के पुत्र थे और इनका एक नाम मिथि भी था। इसी से इनके द्वारा स्थापित देश का नाम मिथिला पड़ा। ये मिथिला के राजा थे और अपने समय के बहुत बड़े योगी थे। ये अपने योग बल से संसार में इस तरह निर्लिप्त रहते थे जैसे जल में पद्मपत्र रहता है। इसी से ये 'राजर्षि' पद तथा 'विदेह' नाम से भी सुशोभित हुए। जनक केवल योगी ही नहीं, वरं परम ज्ञानी और भगवद्भक्त भी थे। शुकदेव आदि अनेक ऋषियों ने इनसे उपदेश लिया था। जगज्जनी श्रीसीताजी के पिता तथा मर्यादापुरुषोतम भगवान् श्रीरामचन्द्रजी के श्वसुर कहलाने का गौरव उन्हीं को प्राप्त हुआ था। गीता में भी भगवान् श्री कृष्ण चन्द्रजी ने कहा है कि राजा जनक आदि निष्काम कर्मयोग के द्वारा ही परम-सिद्धि को प्राप्त हुए।

शुकदेव मुनि

श्री शुकदेवजी महाराज भगवान् वेदव्यास के पुत्र थे। इन्होंने देवगुरु वृहस्पति को अपना गुरु बनाया और उनसे वेद-वेदांग, इतिहास, राजशास्त्र इत्यादि का अध्ययन किया। फिर पिता की आज्ञा से इन्होंने समस्त योगशास्त्रों का अध्ययन किया और राजा जनक के पास जाकर मोक्षप्राप्ति की साधना सीखी। उसके बाद हिमालय-पर्वत में जाकर कठोर साधना की। ये जन्म से ही संन्यासी थे। ये एक बहुत बड़े ज्ञानयोगी माने जाते हैं।

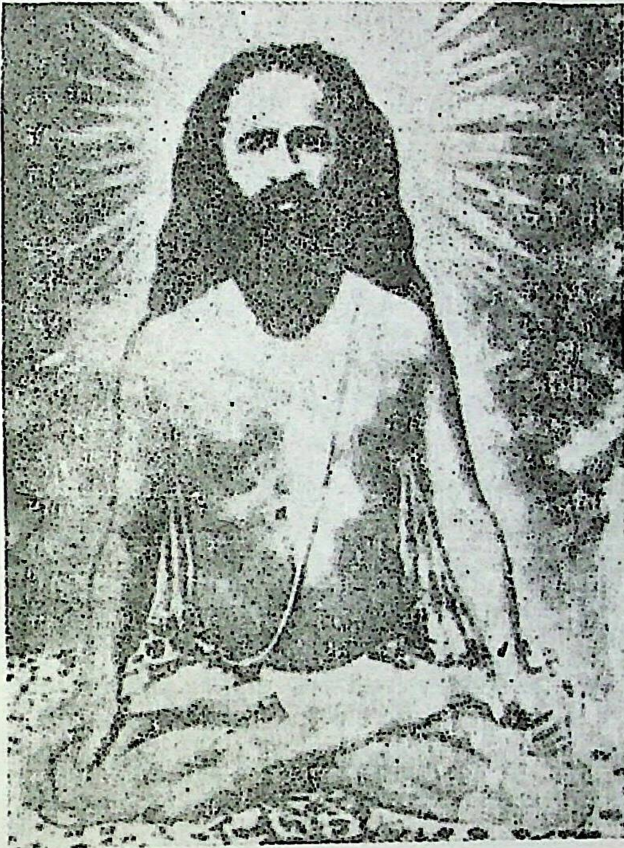
सिद्ध योगी दीनानाथ

तेरहवीं शताब्दी ई० की घटना है। उन दिनों दिल्ली के राजसिंहासन पर बादशाह अल्तमस (1211 ई० 1236 ई०) आरूढ़ था। एक योगी एक नगर में परिभ्रमण कर रहे थे कि एक दुकान के सामने ताम्बे के सिक्कों का ढेर लगा था। उन्होंने बच्चे से भिक्षा में कुछ सिक्के माँगे पर उसने यह कहकर देने से इनकार कर दिया कि ये मेरे पिता के है पर साथ-ही-साथ उसने भिक्षा में योगी को अपने पास की कोई वस्तु प्रदान की। योगी उसकी दानशीलता और उदार त्याग-वृत्ति से बहुत प्रसन्न हुए। उन्होंने लड़के को सिक्कों को घर ले जाकर उन्हें आग में गलाने का आदेश दिया और स्वयं उनके गल जाने पर उन्होंने विभूति ऐसी वस्तु ताम्बे पर छिड़क दी। उनके यौगिक अभिमन्त्रण से ताम्बा सोने में बदल गया। योगी का नाम था दीनानाथ। बादशाह अल्तमस उनका बड़ा आदर करता था। बादशाह ने अपनी सोने की मोहरों पर इस तरह के चमत्कार से प्रभावित होकर अपने नाम के साथ योगी दीनानाथ के नाम भी अंकित कराये। इस तरह के सोने के सिक्के अब भी पाये जाते हैं।

योगसाधना और हिन्दू-चिन्तन

योगी हमें बताते हैं कि हम बाह्य इंद्रियों की सहायता के बिना भी देख और समझ सकते हैं। साथ ही हम मस्तिष्क तथा भौतिक इन्द्रियों की जिस प्रेरणा से कार्यरत होते हैं, उससे भी मुक्त हो सकते हैं। योगासाधनों के नियमों —एकाग्रचित्त होने की शक्ति में वृद्धि, चित्तवृत्ति का निरोध, शक्ति के गहनतम, स्रोतों पर ध्यान केन्द्रित करना आदि के अनुसरण करने से कोई भी साधक उसी प्रकार अपनी आत्मा पर निग्रह कर सकता है, जिस प्रकार कोई कसरती व्यक्ति अपने शरीर का। मनस्तन्तुओं के परिवर्तन के आधार पर योगसाधना हमें सामान्य मानवीय अनुभूतियों के परे चेतना के उच्चतर धरातल पर पहुँचाने में सहायता पहुँचाती है। योगसाधना के अन्तर्गत हम हिन्दू चिन्तन की उन प्रमुख मान्यताओं का विवेचन एवं प्रत्यक्षीकरण करते हैं, जिनके कारण परम्परागत हिन्दू जीवन-दृष्टि आधुनिक विचारकों की अद्भुत और काल्पनिक प्रतीत होती है। वह है शारीरिक शक्ति पर मनस्तन्तुओं की प्रधानता, शान्ति, एकान्त ध्यान और आनन्द की प्राप्ति तथा बाह्य परिस्थितियों के प्रति उदासीनता।

[राधाकृष्णन (भारतीय दर्शन)]



योग योगेश्वर प्रभु श्री रामलाल जी महाराज

लेखक—योगीराज चन्द्रमोहनजी महाराज
श्री सिद्ध गुफा सवाँई, आगरा (उ० प्र०)

विश्व योग सम्मेलन के संयोजक परम पुरुषार्थी योग प्रचारक प्रिय आचार्य—भगवानदेव ने मुझ से कितनी ही बार यह आग्रह किया कि मैं अपने गुरुदेव योग—योगेश्वर प्रभु श्री रामलालजी महाराज के विषय में उनकी सम्मेलन स्मारिका में प्रकाशित होने के लिए कुछ परिचय—विवरण लिखूं। मैं समझ नहीं रहा कि उन सिद्धों के महासिद्ध परम-योगेश्वर श्री सद्‌गुरुदेव जी के विषय में किन शब्दों में उनका परिचय लिखूं ? किन्तु फिर भी सर्वसाधारण के हितार्थ कुछ सांकेतिक परिचय लिख रहा हूँ। मेरे गुरुदेव सिद्धों के महासिद्ध पूर्ण तत्त्व विजयी अन्तर्यामी अजर अमर रहने वाले महा-योगेश्वर हैं। हमारे दादा गुरु स्वयं सदाशिवस्वरूप जिनकी आयु का अनुमान लगभग पाँच हजार वर्ष का लगाते हैं। नपाल धाम में तिव्वत, चीन और भारत की सीमा का जहाँ मिलन है, जहाँ पर वर्फ जम-जमकर स्फटिकमणि का पहाड़ बन गया है, वहीं पर एक—स्फटिक मणि की गुफा बन गई है। जिसमें हमारे दादा गुरु समाधिस्थ रहते हैं और छः महीने के बाद एक या दो दिन के लिये समाधि से उठा करते हैं, वहीं पर पाँच-पाँच, दस-दस मील की दूरी पर सिद्ध समुदाय का निवास है। उन सिद्धों की आयु किसी की पाँच सौ वर्ष—किसी की सात सौ वर्ष, इसी प्रकार किसी की हजार वर्ष आयु वाले सिद्ध महापुरुष रहते हैं। जिस समय छः महीने बाद श्री महाप्रभुजी की समाधि खुलती है तब सभी के सब उनको नमस्कार करने के लिये उनके चरणों में उपस्थित हुआ करते हैं। मेरे गुरुदेव—योगेश्वर प्रभु श्रीरामलालजी महाराज उन्हीं के चरण-कमलों में नित्य निवास करते हैं। सिद्ध लोगों का एक नियम चलता है और वह यह कि जो लोग हिमालय में पुण्य प्रभाव से पहुँच जाते हैं और किसी सिद्ध की अनुकम्पा को प्राप्त करके पूर्णयोगी बन जाते हैं उन लोगों को फिर वे लोग अवनि मण्डल पर नहीं आने देते। उसका कारण केवल मात्र एक रहता है कि सिद्धों के शक्तिपात से उनकी कृपा-पूर्वक हर व्यक्ति पूर्णभूत जयी महासिद्ध हो जाता है। किन्तु भूमण्डल पर आने पर वह किसी को वर दे या किसी को शाप दे, यह दोनों ही बातें मनुष्य के जन्ममरण का कारण बन जाती हैं। वहाँ पर घनघोर



योगेश्वर श्री चन्द्रमोहनजी महाराज

जंगलों में अपनी-अपनी गह्वर-गुफाओं में बैठे हुए योगिराज न किसी को वर देंगे और न शाप। दो-तीन महीने में एक-दो दिन के लिये समाधि से उठे, पवनाहार से रहे। इस प्रकार से फिर समाधि में बैठ गये। ऐसा करने से उनको किसी भी प्रकार का संगदोष प्राप्त नहीं होता। और इसी प्रकार कई सौ वर्ष बरावर समाधि लगाते रहने से वे लोग अपनी अखंड व्यापक सत्ता में विलीन हो जाया करते हैं और उनके अपने आप ही सर्व कर्मबन्धन क्षय हो जाया करते हैं। हमारा शास्त्रीय सिद्धांत है कि—

'भिद्यते हृदयग्रन्थि छिद्यन्ते सर्व संशयाः

क्षीयन्ते चास्य कर्माणि तस्मिन् दृष्टे परावरे।

अर्थात् तस्मिन् परावरे दृष्टे अस्य योगिनः कर्माणि क्षीयन्ते। सर्व संशयाः छिद्यन्ते। हृदय ग्रंथि भिद्यते।' अर्थात् योगी के व्यापक सत्ता में विलीन हो जाने के बाद उसकी हृदयग्रंथि खुल जाती है, सब संशयों का नाश हो जाता है और कर्मबन्धनों का क्षय हो जाता है। अतः वह परमगुरु सिद्ध समुदाय किसी भी अपने कृपा-पात्र को पुनर्पतन के भय से भूमंडल पर नहीं आने देते।

उन्हीं भूतजयी महासिद्धों में से मेरे गुरुदेव योग योगेश्वर श्री रामलालजी महाराज भी हैं। हमारा गुरुदेवजी का भूमण्डल पर आने का एक विशेप कारण बना। एक साधारण नियम की बात है कि—

प्रज्ञाप्रसादभारुह्याशोच्यः शोचतो जनान्
भूमिष्ठानिव शैलस्थः सर्वान् प्रज्ञोऽनुपश्यति

अर्थात् पहाड़ पर बैठा हुआ आदमी भूमि पर खड़े हुए व्यक्तियों को जिस प्रकार देख लिया करता है, उसी प्रकार बुद्धि के महल पर खड़ा हुआ व्यक्ति सर्वदृष्टा बन जाया करता है। ऋतम्भरा प्राप्त एक योगी अपनी दिव्य दृष्टि के द्वारा सभी संसार को देख सकता है और वह 'कर्त्तमकर्त्तुमन्यथा कर्त्तुम्' की शक्तिवाला होने से सभी के लिये सभी कुछ कर भी सकता है। स्वयं सदा शिवरूप स्वयं हमारे दादागुरु जी ने हम अधमप्राणियों को दुःखद्वन्द्वों में पड़ा हुआ देखकर हमारे गुरुदेव परम योगेश्वर प्रभु श्री रामलालजी महाराज को आज्ञा दी कि तुम कुछ समय के लिए अवनि मण्डल पर जाओ। तुम्हारे संस्कारी आत्माओं को हमने देख लिया है। उनमें से बहुत-सा समुदाय हमारी ओर आने वाला है। उनको शरण में लेकर के सिद्धयोग का रास्ता बतलाओ। जिसको पाकर के वे लोग परमकल्याणकारी योगमार्ग को अपना सकें।

यह कारण था कि जिस आज्ञा को शिरोधार्य करके श्री प्रभुजी भूमण्डल पर आये, और उन्होंने अपनी यौगिक शक्ति के अनेक शरीर बनाकर संसार में योग प्रचार किया। उनके कायनिर्माण के विषय में और कई-कई स्थानों पर

एक ही समय में रहने के हमारे पास कितने ही यथाथ उदाहरण हैं। श्री प्रभुजी ने भूमण्डल पर आकर हम जैसे अधम प्राणियों को चरण-शरण लेने के लिये तीन प्रकार से योग प्रचार कार्य आरम्भ किया। उनकी प्राथमिक शिक्षा थी—'शक्तिपात और योग'। श्री आनन्दकन्द प्रभुजी ने नैपाल हिमालय से आकर के शरण में आने वाले भक्त समुदाय पर गहरे-गहरे शक्तिपात किये और उनको पूर्ण योगी बना दिया। जो उनकी उन कृपाओं को पाकर और तत्त्वविजयी पूर्ण महासिद्ध होकर अब भी हिमालय में बैठे हैं।

दूसरा काम उन्होंने आरम्भ किया—यौगिक साधनों की शिक्षा का। जिसमें अष्टविध यौगिक प्राणायाम, वन्ध और मुद्राओं का पूर्णरूपेण शिक्षण आरम्भ किया। (मैं इस बात को भली प्रकार से समझता हूँ कि आजकल संसार में जितना योग प्रचार का साधन बढ़ रहा है वह सारा प्रचार बजौली, अमरौली, सहजौली, खेचरी, भूचरी आदि के विषय में केवलमात्र नकारात्मक है। इस विषय के ज्ञातायोगी ही नहीं मिलते। श्री प्रभुजी ने नैपाल हिमालय से आकर जिन विषयों का प्रकाश हमें दिया उसको हमारा मन ही जानता है)

तीसरा काम आरम्भ किया— योग साधनों के द्वारा रोग निवृत्ति। जिसमें उन्होंने अनेकों जीर्ण-शीर्ण रोगियों को शरण में लेकर के कुछ ही दिन में पूर्ण रोगमुक्त करके युवारूप में दिखला दिया। श्री प्रभुजी ने अष्टविध प्राणायाम, योगासन, वन्ध और मुद्राओं के अतिरिक्त कुछ अलौकिक और दिव्य साधनों को अपने मन से प्रकट किया। जिनको करने-से करनेवाले साधक अब भी पूर्ण आरोग्य लाभ कर रहे हैं। उन साधनों में से हमारा प्रथम साधन 'जीवनतत्व-साधन' है। जिसकी नौ क्रियायें हैं। उनको हमारे आश्रमों में आ करके सीखा जा सकता है। यह जीवन तत्व साधन पूर्णरूपेण काया-कल्प है। जिसको हमारे आश्रमों में शिक्षण-पद्धति के अनुसार यदि छः महीने तक लगातार करता है, और इन्हीं साधनों के करने पर पेट में वृकाग्नि पैदा हो जाने के बाद प्रचुरमात्रा में कच्चा आहार विहार करता है तो छः महीने में उसकी बिल्कुल ही काया-कल्प हो जाता है यह उन कृपानिधान की अमर देन है। जो यथार्थ शिक्षण-पद्धति के अनुसार करने पर हर व्यक्ति लाभ उठा सकता है।

इसके अतिरिक्त यौवनतत्व, अमरतत्व, फलतत्व आदि अन्यान्यसाधनाओं का श्री प्रभुजी ने उपदेश किया, जिनको सीखकर लोगों को अनुपम लाभ हुए। पहले-पहले पटियाले के रहने वाले प्रोफेसर राममूर्ति ने यह साधन किये और अपने जीवन में अद्भुत परिवर्तन दिखलाया। यही उनके चरण-कमलों का संक्षिप्त परिचय है। उन्होंने अपनी अनुकम्पा पूर्वक स्थान-स्थान पर अनेक आश्रमों की स्थापना की। जिनमें से उनका प्रमुख आश्रम —योग—प्र शिक्षण केन्द्र श्री सिद्धगुफा सवाँई (आगरा) है। लगभग सन् 1911 में इधर-उधर भ्रमण करते हुए श्री प्रभुजी इधर आये थे और वहाँ पर एक गुफा बनवाकर नैपालधाम जाते हुए कई वर्ष वहाँ पर निवास किया। उस गुफा की रज में श्री प्रभुजी का वरदान है। उस रज को चाटने से अनेक प्रकार के शारीरिक व मानसिक रोगों की निवृत्ति स्वतः ही हो जाती है। सवांई ग्राम में कितने ही व्यक्ति अब भी इस प्रकार के हैं जिनको श्री प्रभुजी ने स्थान-स्थान पर अनेक रूपों में दर्शन दिये हैं। बाद में श्री प्रभुजी को गाँव के लोगों ने प्रेमवश श्री प्रभुजी को वहाँ रोके रखने की हठ की। किंतु श्री प्रभुजी अगिया सिद्धि से निकलकर आकाशमार्ग से नैपालधाम को चले गये। जहाँ पर अब भी स्थूल शरीर से समाधिस्थ हैं। लोक में आने पर जितने भी अलौकिक कार्य किये वे मेरे गुरुदेव परमयोगेश्वर श्री प्रभुजी के ही कार्य थे।

श्री सिद्धगुफा पर बहुत बड़ा आश्रम है। वहाँ यौगिक शिक्षायें चलती रहती हैं। अच्छे-अच्छे अभ्यासी लोग वहाँ रहते हैं। प्रिय आचार्य भगवान देव के बार-बार कहने पर सबके हितार्थ मैंने अपने गुरुदेव श्री रामलाल जी महाराज का बहुत सूक्ष्म और आंशिक परिचय लिख दिया है।

सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वेसन्तु निरामयाः।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु माकश्चित् दुःखभाग भवेत्॥



श्री योगेश्वरानन्द परमहंस

संस्थापक— योग निकेतन
ऋषिकेश (उ० प्र०)

स्वामी योगेश्वरानन्द परमहंस के नाम से सभी सत्य के जिज्ञासु तथा योग से सम्बन्धित व्यक्ति परिचित होंगे जिन्होंने मुनि की रेती ऋषिकेश में योग निकेतन की स्थापना की। बाल्यावस्था में ही उनमें योगिक तत्त्वों का प्रादुर्भाव हो चुका था और उन्होंने आजन्म ब्रह्मचर्य व्रत पालन करने का दृढ़ निश्चय कर लिया था। आरम्भ में उन्हें आध्यात्मिक मार्ग तथा योग के पथ पर चलने की प्रेरणा स्वामी रामानन्द गिरि से मिली और लगभग सोलह वर्ष की आयु में ही उन्होंने सत्य की खोज में अपने घर का त्याग किया और हरिद्वार आये जहाँ उन्होंने एक आश्रम में प्रवेश लेकर संस्कृत का अध्ययन प्रारम्भ किया तथा हठयोग का प्रशिक्षण लेना भी आरम्भ किया। वह घर से चले तो आये परन्तु उनके माता-पिता ने उन्हें ढूंढ़ निकाला और पुनः घर ले गये। कुछ समय तक घर रहकर ही उन्होंने योगाभ्यास किया परन्तु सत्य की खोज में अशान्त व्यक्ति कब तक घर के कोलाहल युक्त कठघरे में बन्द रह सकता था। कुछ ही समय बाद उन्होंने पुनः घर का परित्याग किया और हिमालय पर्वत में स्थित चारों धामों का भ्रमण किया तथा एक सच्चे गुरू की खोज में परिभ्रमण आरम्भ कर दिया। सबसे पहले गुरू उन्हें काश्मीर में श्री परमानन्द अवधूत जी मिले जिनके शिक्षण में उन्होंने कठोर योगाभ्यास का शिक्षण लिया।

गंगोत्री जाने के मार्ग में हर्षिल नामक एक स्थान में एक और दूसरे गुरू स्वामी आत्मानन्द सरस्वती के दर्शन हुए जिनकी असीम कृपा से ब्रह्मचारी व्यासदेव जी (स्वामी योगेश्वरानन्द सरस्वती जी का आरम्भिक नाम) ने सत्रह घंटे की समाधि लगाई और उस समाधिस्त अवस्था के मध्य उन्हें मानव शरीर के अन्दर स्थित पाँचों कोषों के दर्शन हुए तथा एक नवीन दिव्य अनुभव हुआ। यहीं से श्री ब्रह्मचारी व्यासदेव जी के जीवन ने एक नया मोड़ लिया। गुरू श्री आत्मानन्द सरस्वती जी ने व्यासदेव जी को अपने साथ रखना स्वीकार नहीं किया वरन् उन्हें आदेश दिया कि वे योग के ज्ञान को अपने अनुभवों के आधार पर जनहित के कल्याण में लगायें।

यह महान् ब्रह्मचारी, जो अब युवावस्था प्राप्त कर चुके थे, और जिन्होंने अत्यधिक आध्यात्मिक ज्ञान तथा योग का असीम ज्ञान एवम् अनुभव संचित कर लिया था एक पर्वतीय कुटिया में स्वर्गाश्रम में रहने लगे और शीघ्र ही संन्यास की दीक्षा लेकर स्वामी योगेश्वरानन्द सरस्वती के नाम से विख्यात हुए।

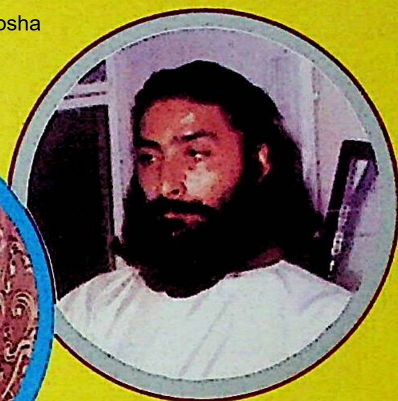
स्वामी जी ने हिन्दी में 13 पुस्तकों की रचना की, जिनमें से व्याख्यान माला के चार भागों के अतिरिक्त सभी पुस्तकों का अंग्रेजी में अनुवाद हो चुका है। इनमें से आत्मविज्ञान इतनी लोकप्रिय हुई है कि उसका अनुवाद अंग्रेजी के अतिरिक्त डच, जापानी और फ्रेंच भाषाओं में भी हो चुका है।

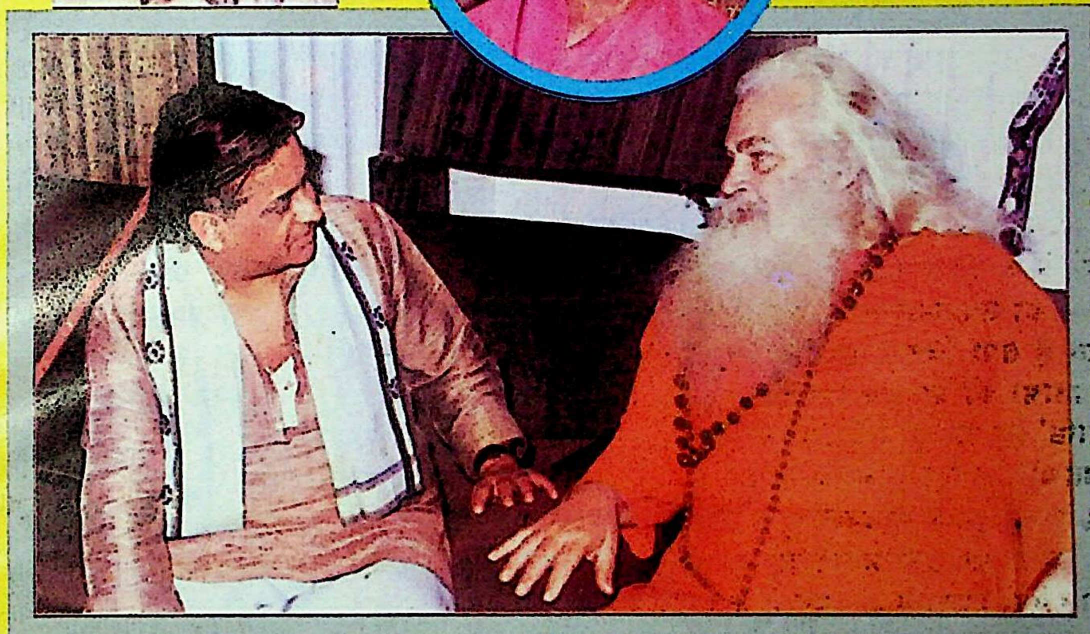
योग मन्दिर

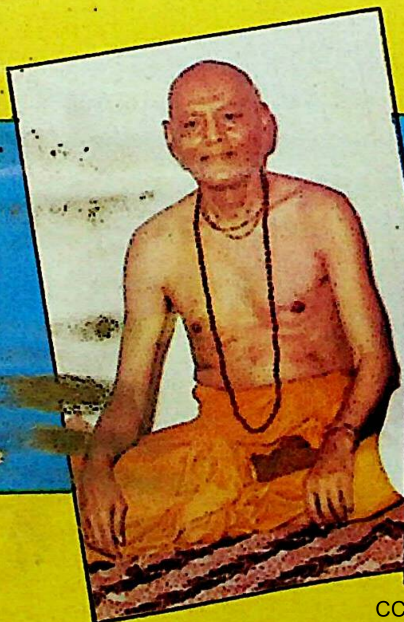
विश्व योग सम्मेलन

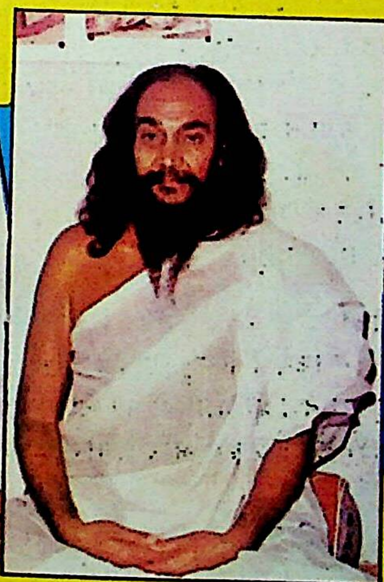


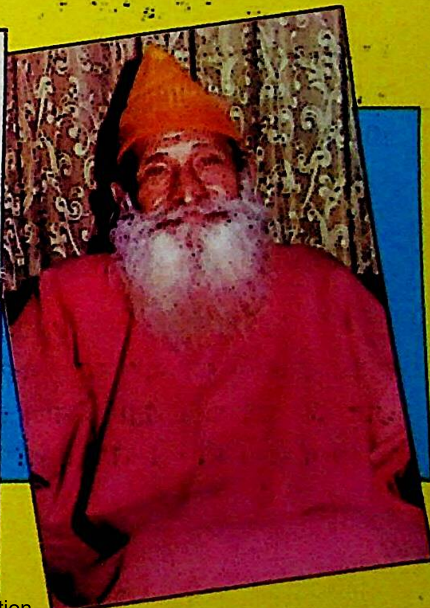












॥ श्री गुरु चरण कमलेभ्योनमः ॥

योगेश्वर श्री चन्द्रमोहन जी महाराज

द्वारा

आचार्य चन्द्रहास शर्मा, रीडर ला. ब. शास्त्री विद्यापीठ दिल्ली

सिद्ध पुरुषों का परिचय साधारण व्यक्ति के परिचय से भिन्न होता है। सामान्य पुरुषों का परिचय जाति, आयु तथा कर्म एवं जन्म-स्थान का ज्ञापन कर देने से हो जाता है। किन्तु सिद्धों की कोटि के योगिराज का परिचय उनकी शक्ति सामर्थ्य एवं कृपा की अनुभूति से सौभाग्यशाली संस्कारी साधकों को मिल पाता है। योगेश्वर श्री ऐसे ही सिद्ध कोटि के योगिराज हैं जिनकी कृपा के आकाँक्षी समाधि निष्ठ योगीजन से लेकर विभिन्न साधनाओं की उच्च भूमिकाओं पर पहुंचे हुए साधक तथा दुःखों से आर्तनाद करते हुए गृहस्थ तक सभी रहते हैं। आपके शक्ति पात से कुण्डलिनी प्रबोध होकर साधक को खेचरी-शाम्भवी, वज्रोली, भूचरी, आदि गुह्य मुद्रायें खेल-खेल में कृपा प्रसाद से सिद्ध हो जाती हैं तथा जिनकी कृपा से निहाल होकर अनेक साधक चित्त निर्माण तथा कायनिर्माण की योग्यताओं को प्राप्त कर ऋतम्भरा प्रज्ञा प्राप्त करके अन्तर्जगत को निज सदन बनाकर 'योग समाधि' इस योग की परिभाषा को अन्वर्थ कर रहे हैं। नाद योग, लय योग, हठ योग, राज योग, भक्ति योग, तंत्र योग आदि विविध धाराओं पर आपका—असाधारण अधिकार है। जिस प्रकार श्रीकृष्ण की मुरली की ध्वनि सुनकर गोपियाँ आत्म विस्मृत और विह्वल होकर उनके दर्शन के लिए दौड़ पड़ती थीं उसी प्रकार जो एक बार आपके दर्शन कर लेता है वह अपने को सम्भाल नहीं पाता। ऐसा विलक्षण आकर्षण है आपके 'सर्वभूतहितेरताः' प्रेम पयोधि हृदय का।

श्रीमद् भगवद्गीता तथा पातंजल योग दर्शन का रहस्योद्घाटन स्थान-स्थान पर योग प्रचार कार्यक्रमों के प्रवचनों में आप करते रहा करते हैं। आज प्रायः हल्दी की गाँठ रख कर लोग पंसारी बनना चाहते हैं। वहाँ योग से परिपूर्ण होने पर भी स्वयं को सादे वेश में छिपाये हुए आप नगर-नगर और डगर-डगर में—योग के प्रति जन रुचि जागृति करने के लिए दिन रात कष्ट साध्य लम्बी-लम्बी यात्रायें करने में संकोच नहीं करते। अपने गुरुदेव महासिद्ध प्रभु श्री रामलाल जी महाराज का आदेश शिरोधार्य कर 'तस्माद्योगी-भवार्जुन' नारे से अलख जगाकर संस्कारी आत्माओं को आप योग परायण बनाने में अहर्निश लगे हुए हैं।

आपकी प्राचीन ऋषि प्रणाली द्वारा योग शिक्षा का कार्यक्रम देश-विदेश में चल रहा है। विदेश यात्रा के कई बार आग्रह भक्तों ने किये हैं किन्तु आपका उत्तर होता है "लल्ला ! अपना देश छोड़ कर हमें कहीं नहीं जाना। हमरा देश ही योगियों का देश है। जिसे चाह होगी यहीं आयेगा। भारत में अभी भी ऐसे योगी हैं जो यहीं बैठे-बैठे रूस और अमेरिका में बैठे हुए साधकों पर कृपा कर

(शेष पृष्ठ टाईटल 3 पर)

(टाईटल पृष्ठ 2 का शेष)

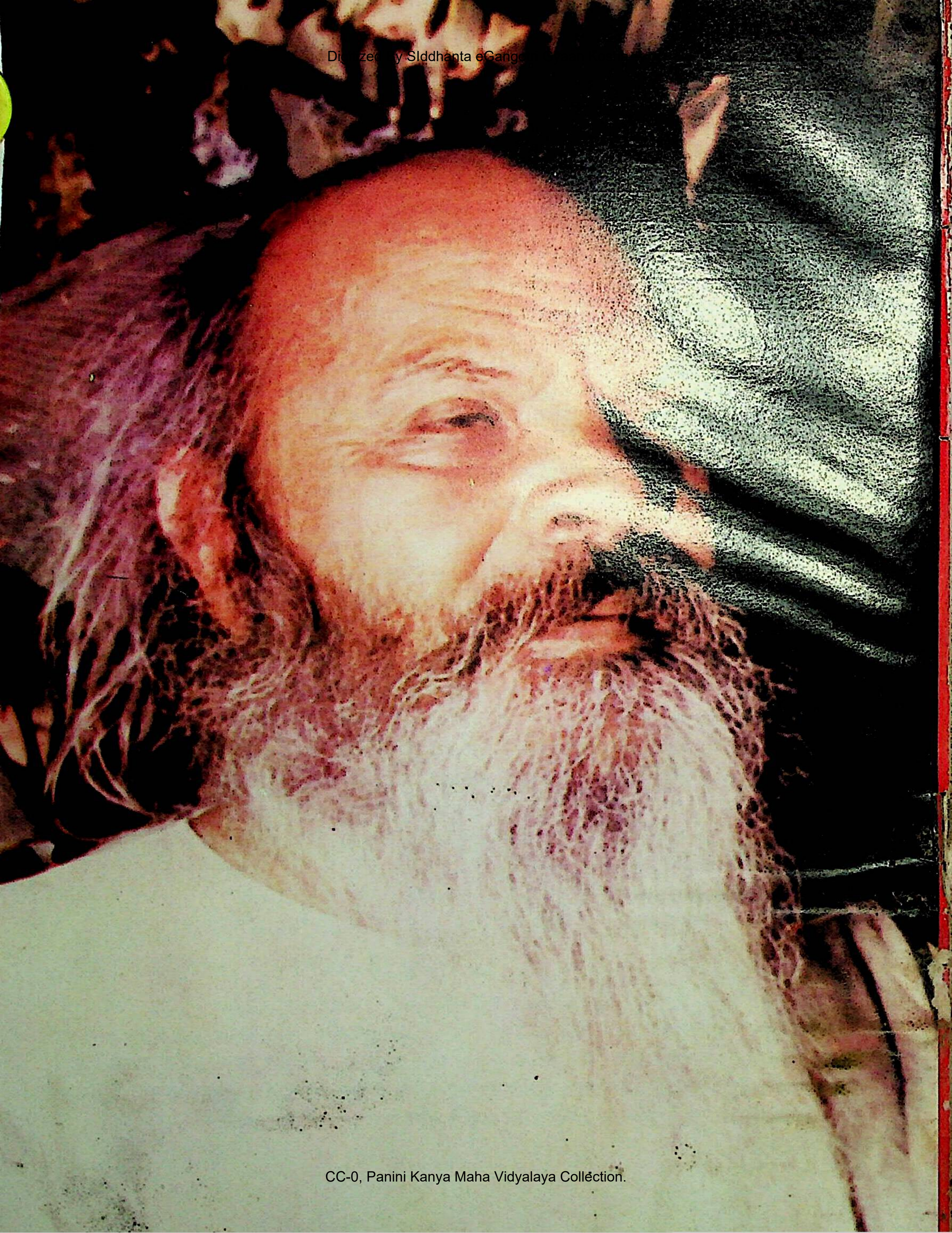
उनको अनुभूति करा सकते हैं।" विदेश के बहुत से साधक आपकी कृपा से बिना भौतिक साक्षात्कार के वहीं बैठे-बैठे आपके दर्शन कर रहे हैं और सद्गुरु देव के रूप में आपको वरण कर श्रेष्ठ कर योग मार्ग में प्रवृत्त होकर समाधि लाभ प्राप्त कर रहे हैं।

भारतवर्ष में महाराज श्री के स्थान-स्थान पर अनेक आश्रम हैं। जहाँ निःशुल्क सारी व्यवस्था चलती है। मुख्य आश्रम श्री सिद्धगुफा सवाई, जि० आगरा (उ० प्र०), योग साधन आश्रम ऋषिकेश, श्री सिद्धगुफा शिक्षण केन्द्र आर० के० पुरम् सं० चार. नई दिल्ली, तथा अमृतसर, खंतड़ी, कानपुर, कलकत्ता आदि स्थानों पर भी योग शिक्षण केन्द्र चलते हैं। उन केन्द्रों में जीवन तत्व साधन, अमर फल साधन, हठ योग साधन, आसन, प्राणायाम बन्ध, मुद्रा तथा ध्यान समाधि की निःशुल्क शिक्षा दी जाती है। आपके कृपा प्रसाद से उपायों द्वारा और कभी-कभी गुफा की रज से ही कष्ट साध्य रोगों की निवृत्ति हो जाती है।

महाराज श्री ने लोकहिताय योग पर सरल एवं सुबोध शैली में एक दर्जन पुस्तकें लिखी हैं। जिन में—योग सिद्धान्त भाग १ व भाग २, योग क्या ? यम नियम, योग सिद्ध के उपाय ? मन की एकाग्रता के उपाय, जीवन तत्व साधन, सवांई के चमत्कारिक चरित्र समाधिस्थ योगी, आदि हैं। आपके संरक्षकत्व एवं सम्पादकत्व में 'सिद्धयोग' मासिक पत्र निकलता है।

जन साधारण को उपर्युक्त परिचय से तब तक सन्तुष्टि नहीं मिलेगी जब तक लोक सामान्य व्यक्ति की भाँति महाराज जी का परिचय न प्रस्तुत किया जाय। महाराज श्री भव प्रत्यय योगियों की श्रेणी के महापुरुष हैं। आपका जन्म सं० १९६० विजयादशमी के पवित्र दिन करनाल (हरियाणा) जिलान्तर्गत अलूपुर नामक ग्राम में पवित्र गौड़ ब्राह्मण कुल में हुआ। आपके पिता श्री देईराम जी वैद्य, आर्य समाज के विख्यात प्रचारक विद्वान थे। आपके पूज्य चाचा जी तथा अन्य परिवार के जन भी आर्य समाज की आर्य परम्परा के पक्षधर थे। होनहार बिरवान के होत चीकने पात की कहावत के अनुसार महाराज श्री बचपन से ही एकान्त सेवी, तपस्वी, वैराग्य से ओतप्रोत, योगध्यान परायण रहे हैं। पाँच वर्ष की अवस्था में मातृ वियोग के पश्चात् अपने ग्राम से कुछ दूर एकान्त जंगल में आप तपस्यारत रहने लगे। ग्राम के समवयस्क सखाभाव से आपके निकट जाया करते। आप उन्हें आसन प्राणायाम सिखाते तथा उन पर कृपा कर उनको ध्यानानुभव करा देते। ग्राम्यजनों ने बताया कि आप प्रतिदिन चौदह-पन्द्रह मील दौड़ा करते तथा एक समय स्वयं बना कर भोजन किया करते। शेष समय ध्यान समाधि में बैठे रहा करते। लगभग दस वर्ष की आयु में आप लाहौर विश्वविख्यात वैदिक विद्वान आचार्य श्री विश्वबन्धु के सानिध्य में विद्याध्ययन करने चले गये। अल्प काल में ही शास्त्रों के तात्पर्य को आत्मसात करके आप सिद्ध योगिराज की तलाश में स्वच्छन्द विचरण करने लगे।

सन् १९२८ में अमृतसर के निकट एक शिव मन्दिर में आपने अनुष्ठान किया। वहां भगवान सदाशिव की कृपा प्राप्त हुई और योगेश्वर प्रभु श्री रामलाल जी महाराज की चरण शरण प्राप्त हुई। उनसे योग दीक्षा ग्रहण कर श्री वृन्दावन धाम में आप अहर्निश तपस्यारत रहकर ज्ञान विज्ञान तृप्तात्मा बने। तभी योगेश्वर प्रभु जी ने आपको योग दीक्षा का अधिकार देकर योग प्रचार की आज्ञा दी। वैसे आप हिमालय में एकान्त साधन के लिए तत्पर थे किन्तु गुरुदेव की आज्ञा शिरोधार्य कर यत्र तत्र सर्वत्र वर्ष भर घूम-घूम कर सिद्ध योग क्रम से योग प्रचार-प्रसार कर रहे हैं।





सनातन-वैदिक-आर्ष-परम्पराओं के पोषक

योगिराज ब्रह्म ऋषि कृष्णदेव जी चैतन्य

(ब्र० याज्ञवल्क्य चैतन्य)
झाला आश्रम, उत्तरकाशी (उ० प्र०)

ओ३म् शंनो मित्रः शंवरुणः शंनो भवत्वर्यमा । शंन इन्द्रो बृहस्पतिः शंनो विष्णुरुरुक्रमः ॥
नमो ब्रह्मादिभ्यो योगविद्या प्रवर्तकेभ्यो महर्षिभ्यो गुरुयोगिभ्यश्च नमो नमः ।

परिचय—ब्रह्मर्षि कृष्णदेव जी चैतन्य वि० सं० 1918 के लगभग पाराशर्य गोत्र के एक शुक्ल-यजुर्वेदीय श्रेष्ठ ब्राह्मण वंश में प्रादुर्भूत हुए । आप जन्मान्तरीय साधन संस्कार सम्पन्न भक्तिमान्, क्रियावान्, विवेकी माता-पिता और गुरुजनों के आज्ञाकारी, गो-ब्राह्मण-साधु-वेदादिशास्त्र-गायत्री-गंगा आदि में आदरभावी, सत्यवादी, सदाचारी, दृढ़निश्चय, स्मृतिमान् और आर्ष परम्पराओं के अनुवर्त्तक थे । वाराणसी में जब हिन्दू विश्वविद्यालय के निर्माणार्थ भूमि अधिकृत की जा रही थी तब आप वहाँ गुरुकुल में संस्कृत का अध्ययन करते थे । काशी में सांगोपांग वेदों को विधिवत् गुरुमुख से अध्ययन करने के उपरान्त आपने श्री शंकराचार्य, श्री रामानन्द यति, महर्षि दयानन्द एवं श्री रमण महर्षि के समान ब्रह्मचर्याश्रम से ही आध्यात्मिक पथ-पथिक बनने का दृढ़ निश्चय कर लिया था । अध्यात्म-विद्या के अनुभवी योगियों, साधु महात्माओं के अनुभवों से लाभान्वित होने के लिए बद्रीनाथ, गंगोत्री से गंगासागर, गिरिनार, नर्मदा तट, महाराष्ट्रीय पैंठण आदि स्थानों और हिमाचल आदि भारतीय उन समस्त प्रमुख स्थानों की पद-यात्रा की थी कि जहाँ तथाकथित अनुभवी योगियों के दर्शन होने की सम्भावना थी । आपने इस तीर्थ-पर्यटन काल में सभी सम्प्रदायों के साधुओं, भक्त, योगियों, ज्ञानयोगियों, कर्मयोगियों और ब्राह्मणों से श्रद्धाभाव से निरहंकार होकर उन सद्गुणों को ग्रहण किया कि जो योगियों के लिए उपकारक होते हैं ।

प्रयागराज के समीप गंगातट पर निवास करने वाले एक सिद्ध पुरुष तथा हिमाचल के से एकान्त सुरमणीक स्थल पर निवास करने वाले एक योगी से आप प्रभावित होकर उनके समीप निवास करके पारमार्थिक ज्ञान की उपलब्धि की । अन्तरंगसाधना के द्वारा आत्मतत्त्व की अनुभूति के लिए ज्वालादेवी हिमाचल में प्रायः 12 वर्ष पर्यन्त

निरन्तर निदिध्यासन किया। आत्मस्वरूपानुभव के साधनकाल में सूक्ष्म जगत् एवं सूक्ष्मशरीर से सम्बन्धित अनेक ऐसे अलौकिक अनुभव प्राप्त हुए कि जिनको विभूति संज्ञा दी गई है। आप प्रायः दूसरों के मनोगत भावों, प्रश्नों को प्रकट किये बिना जानकर उत्तर दे दिया करते। स्वतः ही उन व्यक्तियों के निकट चले जाते कि जो आपत्ति आदि के समय उत्कण्ठित होकर आपका हार्दिक स्मरण करते। आपने ऐसे सहस्रों रोगियों को यौगिक संकल्पबल से जीवन प्रदान किया है कि जो एलोपैथिक आदि चिकित्साओं से निराश होकर मृत्यु-मुख के निकट थे।

यौगिक-साधना-विषयक विचार—क्योंकि आप ज्ञान-कर्म-भक्ति-योगत्रय के अनुभवी आचार्य, सनातन-वैदिक-आर्ष-परम्पराओं का आदर करने वाले, सरल, गुणग्राही, मानवता के रक्षक और अलौकिक-प्रज्ञासम्पन्न सिद्ध पुरुष थे, श्रद्धालु साधक साधिकाओं को आपके जीवन-अनुभवों से लाभ उपलब्ध हो सके; अतएव आपके यौगिक साधना विषयक विचार संक्षेप में लिपिबद्ध किये जाते हैं।

(अ) दीर्घायुष्य—श्री ब्रह्मर्षि जी इस धराधाम पर प्रायः 115 वर्ष पर्यन्त आनन्दपूर्वक रहे। आप अपने अनुभव के आधार पर कहते थे कि अधिक बोलना, बहुत खाना, शक्ति से अधिक श्रम, चंचलता, अब्रह्मचर्य—ये सभी चिरायु के बाधक हैं। इसके विपरीत अल्पभाषण, अल्पाहार आदि से दीर्घजीवन प्राप्त होगा।

(आ) मौन—अतिभाषण से अशान्ति और चंचलता की वृद्धि होगी। इससे योगाभ्यास में चित्त स्थिर नहीं होता। विचारपूर्वक मौन से तथा परिमित भाषण से शान्ति तथा एकाग्रता में सहयोग होगा। परमात्मा तथा आत्मा का स्वरूप इन्द्रियातीत होने से वाणी से ज्ञेय नहीं है।

(इ) सायंकाल अन्न का त्याग और अल्पनिद्रा—दिन में सेवन किया गया अन्न सूर्य के प्रभाव से पच जाता है और सूर्यास्त होने पर खाया हुआ अन्न शीघ्र नहीं पचता। फलतः रात्रि में किये जाने वाले अभ्यास में तन्द्रा, निद्रा, आलस्य आदि विघ्न होते हैं। साधक के लिए सायंकालीन अन्न को त्यागने एवं उचित निद्रा से लाभ होता है। आवश्यकता के अनुसार सायंकाल अन्न के स्थान पर दुग्ध, फल आदि अल्पाहार लिया जा सकता है। इससे अल्पनिद्रा होकर अभ्यास-प्रगति होगी।

(ई) कुतर्क त्याग—योगमार्ग अथवा भक्तिपथ में कुतर्क करने से समय तथा शक्तियों का दुरुपयोग होता है। इस पथ में श्रद्धापूर्वक अभ्यास करते जाना और अपने उत्तरदायित्वों को कर्त्तव्य बुद्धि से पूर्ण करना श्रेयष्कर है। यहाँ श्रद्धा देवी जननी के समान उपासक की रक्षा करती है। 'श्रद्धावान् लभते ज्ञानम्' यह स्मरणीय है।

(उ) समय का सदुपयोग—श्री ब्रह्मर्षि जी प्रत्येक कार्य को निश्चित समय पर करते। एक क्षण भी व्यर्थ नहीं जाने देते थे। "वर्त्तमान काल का सदुपयोग होने पर ही भविष्यत् उज्ज्वल बनेगा, अन्यथा नहीं"—ऐसा कहते थे।

(ऊ) सद्ग्रन्थों का अध्ययन—आप उपनिषद्, पातञ्जल योग दर्शन, श्री भगवद्गीता एवं महापुरुषों की जीवनियों को ध्यानपूर्वक पढ़ते और जिज्ञासुओं को सुनाते थे। परमार्थ पथ पर चलने के लिए सद्ग्रन्थावलोकन से सहयोग मिलता है। वैषयिक चिन्तन में अल्पता होकर आध्यात्मविद्या में प्रीति बढ़ती है।

(ए) दान और यज्ञ—श्री ब्रह्मर्षि जी मुमुक्षुओं को ज्ञानोपदेश, क्षुधातुरों को अन्न, रोगियों को औषध और भयातुरों को अभय—ये चार दान आजीवन करते रहे। आपके यहाँ समस्त सम्प्रदायों के साधु-महात्मा, सभी वर्णों एवं चारों आश्रमों के व्यक्तियों का यथोचित आदर होता था। मानो यह सम्पूर्ण विश्व ही आपका परिवार था। औषध से, अन्न से, सत्संग से सभी की सेवा किया करते। गो-ग्रास तथा पक्षियों को अन्न भी डाला जाता। इसके लिए साधकों को प्रेरणा भी दी जाती थी। आप यज्ञनिष्ठ थे। बहुत वर्षों तक दैनिक हवन का क्रम चलाते रहे। पश्चात् पूर्णिमा एवं अमावस्या के दिन ही अग्निहोत्र होने लगा। आपकी प्रेरणा से प्रेरित होकर, पचहण्डा, कोटा, रजपुरा एवं भैंसी आदि ग्रामों में सहस्रों व्यक्तियों ने यज्ञ तथा दान के आदर्श पर चलना आरम्भ कर दिया। यह प्रथा आज भी चल रही है।

(ऐ) प्राणायाम—आपकी साधना में प्राणायाम का स्थान भी है। आप स्वयं प्राणायाम करते रहे। समय-समय पर साधकों को स्वयं करके विधिपूर्वक प्राणायाम की शिक्षा देते थे। आपसे उपदिष्ट बहुत से अभ्यासी आज भी

प्राणायाम का अभ्यास चला रहे हैं। प्राणायाम का अनुष्ठान करने के कारण आपके अन्दर आरोग्य, स्फूर्त्ति और शारीरिक कार्यक्षमता (शतवर्ष से अधिक आयु होने पर भी) युवकों के तुल्य थी। आपके साथ सभी युवक चल नहीं सकते थे। आप ब्रह्मचारियों को प्राणायाम करने की प्रेरणा देते थे।

(ओ) भक्तियोग और जप—ईश्वरस्वरूप की अनुभूति कराने वाले नाम जप को श्रेष्ठ मानते थे। आपने ब्रह्मगायत्री और प्रणव—इन दोनों मन्त्रों को दीर्घकालपर्यन्त एक विशिष्ट संख्या में जप करके मानसिक जप अथवा अजपा जाप की ऐसी अवस्था प्राप्त कर ली थी कि जिसमें वाणी में कम्पन हुए बिना अन्तःकरण में स्वतः जप होता रहता है। मन्त्रार्थ चिन्तन के साथ जो जप किया जाता है उससे जो लाभ होता है, अर्थ-भावना के अभाव में उतना लाभ होना असम्भव है। एकान्त शान्त स्थान में जप करने पर उत्तम लाभ होगा। जप के लिए साधक हृदय आदि ऊर्ध्व चक्रों में से किसी एक स्थान को धारणा बना ले तथा उसी देश में चित्त को समाहित करके मन्त्र जपना चाहिए। यद्यपि मन्त्रजप से मोक्षलाभ होता है, तथापि यम-नियम का पालन व्यवहार-शुद्धि, और आहार-शुद्धि के अभाव में पूर्ण लाभ होना सम्भव नहीं है।

(औ) आत्मसमर्पण—परमात्मा के स्वरूप की अनुभूति और विवेक ज्ञान में अवस्थिति उस अवस्था में सुगम हो जाती है कि जब साधक कर्तृत्व ज्ञातृत्व आदि व्यष्टि अभिमान के ऊपर उठकर, अपनी जन्मदात्री माता के प्रति सर्वतोभावेन आत्म-निवेदन करने वाले शिशु के सदृश सर्वशक्तिमान् अन्तर्यामी ब्रह्म के प्रति आत्मसमर्पण करके निश्चिन्त हो जाता है। उस दशा में धारणा-ध्यान-समाधिस्वरूप अन्तरंग साधना अनायास चलती है। प्रभुकृपा से योगी विदितवेदितव्य हो जाता है।

(क) श्री ब्रह्मर्षि जी के जीवन में ज्ञान, कर्म एवं भक्ति—योगत्रय का सुन्दर समन्वय देखा गया। क्रियायोग द्वारा निश्चित चित्तशुद्धि होगी। चित्त निर्मल होने पर भक्तियोग अथवा ज्ञानयोग में प्रवेश होगा। मलिन-अन्तःकरण में भक्ति व विवेक ज्ञान का स्फुरण असम्भव है। ज्ञान के अभाव में सम्यक् प्रकार कर्मयोग का अनुष्ठान नहीं होता। भगवान् के यथार्थ स्वरूप के बोधार्थ भी ज्ञान की आवश्यकता है। भक्तियोग के अभाव में योगी यदि कर्मयोग वा ज्ञान-योग की साधना करता है तो उस अवस्था में अहंकार की वृद्धि होकर अधःपतन की पूर्ण सम्भावना रहेगी। भक्तियोग का अवलम्बन लेने पर अहंकार का क्षय अवश्यमेव होगा। इस प्रकार योगत्रय में समन्वय हो जाता है।

योग का प्रचार—आपने परमात्मा के प्रति आत्मसमर्पण करके परमानन्द की उस चरम-अवस्था का अनुभव कर लिया था कि जहाँ अविद्या-अस्मिता-राग-द्वेष-अभिनिवेश-रूपी पञ्चक्लेश का भय सर्वथा समाप्त हो जाता है और योगी अभय-शाश्वत शान्ति अमृतपद की उपलब्धि कर लेता है। इसलिए आपके आत्मीयतापूर्ण व्यवहार, प्रेम, मैत्री, करुणा, मुदिता, धैर्य, दानशीलता, नम्रता, पवित्रता, ब्रह्मचर्य, व्यवहारकुशलता, सद्भावना आदि लोकोत्तर-दैवी-सम्पदा की मधुर सुगन्ध से प्रभावित होकर प्रचार किये बिना ही दूर-दूर से जिज्ञासु, ब्रह्मचारी, वानप्रस्थ, संन्यासी, साधक उसी प्रकार आ जाते थे कि जैसे सुमन-पुष्प, मधुर-फल एवं मिश्री की सुरभि से दूरवर्ती तितली, भौंरे, मधुमक्खिका स्वयमेव आ जाते हैं।

अनेक ब्रह्मचारी, गृहस्थ, वानप्रस्थ, संन्यासियों ने आपसे नेती, धौती, त्राटक, शंख-प्रक्षालन, आसन, बन्ध, मुद्रा और प्राणायाम आदि योग के बहिरंग साधनों और धारणा-ध्यान-समाधिस्वरूप योग के अन्तरंग साधनों की दीक्षा ग्रहण की है। शिमला, सहारनपुर, कोटा, मुजफ्फरनगर, पचहण्डा, भैंसी, मेरठ, कपसाड गोशाला और रजपुरा आदि बहुत से स्थानों में आजकल भी ऐसे अनेक साधक हैं कि जो आपके निर्देशानुसार उसी प्राचीनतम भारतीय योग-साधन-पद्धति के अनुसार योगाभ्यास करते हुए अपने मानव जीवन को सार्थक बना रहे हैं कि जिसका वेदसंहिता, आरण्यक-उपनिषद्-योगदर्शन-गीता आदि में सुस्पष्ट विवरण प्राप्त होता है। आपका मेरठ के निकटवर्ती रजपुरा नामक ग्राम में

(शेष पृष्ठ 61 पर…)



महन्त अवेद्यनाथ जी महाराज

गोरखनाथ जी का मन्दिर
गोरखपुर (उ० प्र०)

महाराज दिग्विजयनाथ के ब्रह्मलीन होने के पश्चात् उनके सुयोग्य शिष्य, योगदर्शन के मनीषी, आत्मतत्वविद् श्रीअवेद्यनाथ महाराज ने उत्तराधिकारी के रूप में गोरक्षपीठाधीश्वर (महन्त)—पद पर अधिष्ठित होकर अपने गुरुदेव की पुण्यस्मृति को अनुप्राणित करते हुए उनके प्रायः समस्त कार्यों और अनुष्ठानों की पूर्ति करते हुए उनके चरणदेश में अपनी हार्दिक श्रद्धांजलि समर्पित की है। उन्होंने अपने गुरुदेव द्वारा आरम्भ किये श्रीगोरखनाथ मन्दिर के भव्य पुर्ननिर्माण-कार्य में जो तत्परता और निष्ठा व्यक्त की है, वह उनके पवित्र हृदय की गरिमा का प्रकाशन करती है। अवेद्यनाथ महाराज ने श्रीदिग्विजयनाथ धर्मार्थ आयुर्वेदिक चिकित्सालय की स्थापन कर महान् पुण्यार्जन तो किया ही, अपने गुरुदेव की आत्मा की संतृप्ति और संतुष्टि का भी श्रेय प्राप्त किया।

यद्यपि संतों, महात्माओं और योगियों के पूर्वाश्रम—जीवन पर प्रकाश डालना उनके वैराग्य और निवृत्तिपरक साधना के क्षेत्र में महत्वहीन-सा है, तथापि उनकी प्रारम्भिक जीवन-वृत्ति से इतना स्पष्ट हो जाता है कि इस तरह के पुण्यजीवन में प्रवेश करने के लिए वे किन संस्कारों; परिस्थितियों और आन्तरिक मनोवृतियों से प्रभावित होते हैं। इस कसौटी पर परखने और कसने पर महन्त अवेद्यनाथ का प्रारम्भिक जीवन दिव्य संस्कारों और सहज आध्यात्मिक मनोवृत्तियों से सर्वथा सम्पन्न दीख पड़ता है। उन्होंने हिमालय की पवित्र गोद में स्थित पौढ़ी गढ़वाल जनपद के काण्डी ग्राम में पवित्र इतिहासप्रसिद्ध सूर्यवंश क्षत्रिय-कुल में अठारह मई, १९२१ ई० को जन्म लिया। उनका परिवार समृद्ध और पवित्र निष्ठाओं और संस्कारों का धनी कहा जा सकता है। परिवार भरा-पूरा था। विधि ने ललाट में योग लिखा तो भोग के प्रति वैराग्य के संस्कारों का उनकी बाल्यावस्था में उदय होना आश्चर्य की बात नहीं कही जा सकती। अवेद्यनाथजी महाराज के पिता श्री रायसिंह जी विष्ट ने अवेद्यनाथजी के पालन-पोषण और शिक्षा-दीक्षा में बड़ी सतर्कता से काम लिया। अवेद्यनाथजी महाराज की प्रारम्भिक शिक्षा उच्चतरमाध्यमिक श्रेणी तक ही हो पायी थी, पर वाराणसी में निवास कर संस्कृत के अध्ययन में भी उन्होंने बड़ी तत्परता दिखायी और उनके मन में योगी जीवन के प्रति श्रद्धा और आस्था बढ़ने लगी। उन्होंने समस्त भारतीय दर्शनशास्त्रों का अध्ययन किया और योगदर्शन के मर्म और महत्व को समझने का निरन्तर प्रयास करते रहे। उन्होंने तरुणावस्था के आरम्भ में ही आध्यात्मिक पिपासा की तृप्ति के लिए

ऋषिकेश की यात्रा की, उस पुण्यक्षेत्र में उन्होंने अनेक तपस्वियों, योगियों और संत-महात्माओं से मिलकर अपनी अनेक जिज्ञासाओं के यथार्थ समाधान का प्रयास किया। उन्होंने मानसरोवर, कैलाश, तिब्बत तथा उत्तरांचल के अनेक तीर्थ-स्थानों की यात्रा कर अनेक महात्माओं का सत्संग किया और पूर्वजन्म के संस्कारों के अनुरूप योगसम्प्रदाय और विशेषतया नाथसम्प्रदाय के सिद्धान्तों के अनुशीलन में समय का सदुपयोग किया। इस श्रेयस्कर कार्य में उन्हें योगिराज बाबा गम्भीरनाथ के दार्शनिक विद्वान् शिष्य महात्मा शान्तिनाथ और उन्हीं के अनुवर्ती गुरुबन्धु निवृत्तिनाथ का सहकार प्राप्त हुआ, इन दोनों महात्माओं ने महाराज अवेद्यनाथ के जीवन के यौगिक निर्माण में आश्चर्यमय यत्न किया और इस तरह महाराज के आध्यात्मिक और तपस्यापरक योगाभ्यास के संस्कार निरन्तर निखरते और उत्तरोत्तर शुद्ध और शुद्धतर तथा उन्नत होते गये। उन्होंने बाल्यकाल से अखण्ड ब्रह्मचर्य का अनुष्ठान किया, जो उनके वैराग्यमय जीवन में सदा के लिए अक्षुण्ण धन के रूप में सुरक्षित है और उनकी योगसाधना का मूलाधार है।

महन्त दिग्विजयनाथ को एक सद्शिष्य की खोज थी। उनकी सत्प्रेरणा से दैवी प्रारब्ध के अनुरूप योगी शान्तिनाथ ने श्रीअवेद्यनाथ महाराज को गोरखपुर मन्दिर गोरखपुर की ओर आकृष्ट किया और वे उन्हीं के साथ गोरखनाथमठ में उपस्थित हुए। श्रीदिग्विजयनाथजी महाराज ने उन्हें शिष्य के रूप में स्वीकार कर १९४२ ई० में ८ फरवरी को योग-दीक्षा प्रदान कर विधिवत् अपना उत्तराधिकारी घोषित किया और इस तरह उनके ब्रह्मलीन होने के समय तक महाराज अवेद्यनाथ छोटे बाबा के नाम से प्रसिद्ध रहे। गोरक्षपीठाधीश्वर होने के पहले महाराज देश के राजनीतिक, सामाजिक और सांस्कृतिक जीवन में अपनी भूमिका निबाहते हुए आध्यात्मिकता के पथ पर अडिग रहे। वे भारतीय लोकसभा के सदस्य चुने गये और उसके कार्यकाल तक अपने पद पर बने रहे, उन्होंने उत्तरप्रदेश की विधान सभा में सदस्य होने के लिए चुनाव में सक्रिय भाग लिया और उसमें उन्हें सफलता मिली। गोरखनाथ मन्दिर और मठ तथा उससे संबन्धित प्रबन्धों में उन्होंने अपना जीवन पूर्ण रूप से समर्पित कर दिया है। उनके आध्यात्मिक जीवन में महन्त पद पर अधिष्ठित होने के पहले योगमनीषी महादार्शनिक अक्षयकुमार बन्द्योपाध्यायमहोदय और योगी शान्तिनाथ और निवृत्तिनाथ की विद्वत्ता, योगसाधना और आध्यात्मिक अनुरक्ति का विशेष प्रभाव स्वीकार किया जा सकता है तथा मन्दिर के वातावरण में ही निवास करनेवाले मौनी महात्मा योगी भक्तिनाथ के संग से भी उन्हें बड़ा लाभ हुआ। श्रीअवेद्यनाथजी वेदान्तदर्शन और योगदर्शन के महान् और गम्भीर विद्वान् होने के साथ-ही-साथ श्रीमद्भगवद्गीता के असाधारण तत्वज्ञ हैं, उनकी प्रबन्धकुशलता, योगसाधना, आध्यात्मिकता और सहज उदार स्वभाव से गोरखनाथ मन्दिर और गोरखनाथ मठ की गरिमा बढ़ी, साथ-ही-साथ मन्दिर के तत्वावधान में सम्पन्न होनेवाले शिक्षा तथा चिकित्सा आदि सेवा सम्बन्धी कार्यों में भी विशेष प्रगति स्पष्ट दीख पड़ती है। महन्त श्रीअवेद्यनाथ नेपाल के अनेकानेक योगियों तथा भारत में प्रसिद्ध योगमठों के अध्यक्षों और अनेक योगियों के प्रेरणास्रोत के रूप में हमारी प्रशंसा और सत्कार के पात्र हैं। गोरखनाथ मन्दिर का वातावरण निरन्तर शान्तिमय और समृद्ध तथा दिव्य होता जा रहा है, और यह क्रम अक्षुण्ण रहेगा।

(पृष्ठ 59 का शेष)

अवस्थित एक योगाश्रम है जहाँ निःशुल्क औषध से जनता जनार्दन की सेवा होती है। आपने आयुर्वेद विषय में—'चिकित्सा आलोक' नामक एक पुस्तक भी लिखी है जिसमें अनुभूत ऐसे प्रयोग लिखें हैं कि जिनको सुगमता से बनाकर सेवन करने पर खाँसी, श्वास, प्रदर आदि भयंकर रोगों में निश्चित लाभ होता है।

योगाचार्य श्री भगवद्देव जी धन्यवाद के सुपात्र हैं कि जिनके प्रयास से प्रकृत 'योगि-जीवन-वृत्त-स्मारिका-ग्रन्थ' का प्रकाशन हुआ। पाठकानां शुभं भूयात्।

ओम् सह नाववतु ॥ सहनौ भुनक्तु ॥ सह वीर्यं करवावहै ॥ तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥ ओ३म् शान्तिः शान्तिः शान्तिः।

महात्मा नारायण स्वामी

आचार्य भगवान देव

महात्मा नारायण स्वामी का जन्म संवत् 1922 (सन् 1866) की वसन्त पंचमी को अलीगढ़ के एक साधारण मुंशी परिवार में हुआ था। आपका नाम नारायण प्रसाद रखा गया। प्राथमिक शिक्षा फ़ारसी और अरबी में हुई। छोटी आयु में ही माता और पिता के प्यार से वंचित रहे। पिता की मृत्यु से पढ़ाई में रुकावट आ गई। मजबूर होकर मुरादाबाद में कलेक्टरी आफिस में नौकरी करने लगे। 23 वर्ष की आयु में विवाह हो गया।

मुरादाबाद में थे। वहाँ आपका सम्बन्ध एक आर्य समाजी महाशय हरसहाय से हुआ। उनके पवित्र जीवन और विचारों का आपके ऊपर गहरा प्रभाव पड़ा। सन् 18 0 में आप मुरादाबाद आर्यसमाज के सदस्य बने। आपकी कार्य कुशलता को देखकर अगले वर्ष आपको समाज का उपमन्त्री बनाया गया।

विवाह हो जाने पर भी पाँच वर्ष तक आपने गृहस्थ को नहीं भोगा। इस सम्बन्ध में आपने लिखा—

विवाह के बाद अब तक गृहपत्नी के साथ न रहकर मैंने अपने को गृहस्थ होते हुए न केवल गृहस्थ के सुखों से वंचित रखा: किन्तु एक सुशिक्षित और सती-साध्वी देवी की सत्संगति से भी अलाभान्वित रहा। सन् 1897 में आपने क्रियात्मक गृहस्थ जीवन को शुरू किया। उस समय आपने निश्चय किया कि—

20 वर्ष गृहस्थ, 10 वर्ष वानप्रस्थ, उसके पश्चात् संन्यास धारण करूँगा। इस प्रतिज्ञा का आपने दृढ़ता से पालन किया। हर साल बसन्त पंचमी को आप अपने जन्म-दिन पर आत्म-निरीक्षण करते थे।

गृहस्थ जीवन में आपके दो पुत्र तथा एक पुत्री हुई। एक पुत्र पैदा होते ही मर गया। दूसरा पुत्र तथा पुत्री की मृत्यु भी बचपन में ही हो गई। द्वितीय पुत्र को जन्म देते समय सन् 1911 में पत्नी का भी देहान्त हो गया। इस सम्बन्ध में स्वामीजी ने अपनी आत्मकथा में लिखा है···

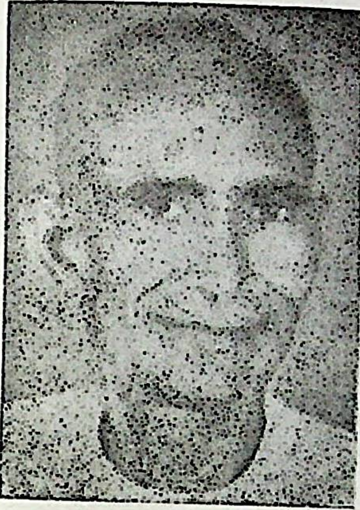
"इस प्रकार 31 अगस्त सन् 1911 को धर्म-पत्नी और दोनों पुत्रों को खोकर मैं गृहस्थ सम्बन्धी कार्यों से मुक्त हो गया। कैसी समय की विलक्षण गति है कि वही मेरा 43वाँ वर्ष था; जिसमें मैंने गृहस्थ छोड़ने का संकल्प कर रखा था। अन्तर इतना हो गया कि मैंने गृहस्थ को नहीं छोड़ा किन्तु गृहस्थ ने मुझे छोड़ दिया!"

वृन्दावन गुरुकुल में आपने आठ वर्ष सन् 1911 से 1919 तक आचार्य, अधिष्ठता, संचालक आदि पदों पर रहकर सेवा की।

अपने पूर्व निश्चयानुसार सन् 1919 के दिसम्बर मास में गुरुकुल उत्सव के पश्चात् स्व-इच्छा से त्याग-पत्र दे दिया। वानप्रस्थाश्रम बिताने के लिये हिमालय की सुन्दर तलहटी में नैनीताल के पास रामगढ़ की सुन्दर घाटी में आप ने अपनी कुटिया बना ली। यहाँ आपका जीवन एकांतवास, तपस्वी और स्वाध्यायशील रहा। आत्मदर्शन, योग रहस्य, मृत्यु और परलोक, विद्यार्थी जीवन रहस्य, तथा उपनिषदों का आर्य भाष्य आदि महत्वपूर्ण ग्रंथों की रचना आपने प्रायः यहीं की।

9 मई सन् 1922 को अपने पूर्व संकल्प के अनुसार बीतराग आर्य संन्यासी स्वामी सर्वदानन्दजी से आपने संन्यास लेकर अपना नाम 'नारायण स्वामी' रखा।

राष्ट्र को स्वतन्त्र कराने के लिये आपने प्रत्यक्ष एवं परोक्ष में जो महान कार्य किया उसे भुलाया नहीं जा सकता। आपसे अनेकों राष्ट्रीय नेता प्रेरणा लेते रहे। 15 अगस्त 1947 को जब देश स्वतन्त्र हुआ तब आपको बड़ी खुशी हुई। ठीक दो मास पश्चात् 15 अक्तूबर 1947 को बरेली के प्रसिद्ध आर्य नेता डाक्टर श्याम स्वरूपजी के निवास स्थान पर आये। समाज के महान सन्त शिरोमणि, आर्य दिवाकर, एक सच्चे तपस्वी, त्यागी, धर्मवीर महात्मा नारायण स्वामी का 82 वर्ष की अवस्था में देहान्त हो गया।



स्वामी केशवानन्द सरस्वती

स्वामी केशवानन्द योग संस्थान
8/3, रूप नगर दिल्ली-11007

सिद्ध योगी स्वामी केशवानन्द जी महाराज का जन्म उन्नाव जिले के करोवन ग्राम में सं० 1947 विक्रमीय की चैत्र रामनवमी के दिन हुआ था। आपका पूर्वनाम पं० रविनाथ अवस्थी था। आपके पिता पं० लक्ष्मण प्रसाद अवस्थी एवं पितामह पं० गह्वरनाथ अवस्थी प्रसिद्ध धर्मनिष्ठ ब्राह्मण थे। पिता और पितामह के आध्यात्मिक संस्कारों के बीच निरन्तर रहने के कारण शैशव से ही आपकी धर्मनिष्ठा अत्यन्त दृढ़ रही। माता-पिता के प्रभाव एवं पूर्वजन्म के संस्कारों के कारण आपकी आध्यात्मिक वृत्ति निरन्तर जागृत होती गयी एवं यौवन के प्रारम्भ में ही प्रसिद्ध योगी सन्त हड़िया बाबा के सम्पर्क में आये और उनसे योग विद्या की दीक्षा प्राप्त की एवं निरन्तर अभ्यास पूर्वक शीघ्र ही अनेकों यौगिक सिद्धियाँ अर्जित कर लीं। अपने करोवन स्थित निवास स्थान पर साधना हेतु एवं बड़ी गुफा का निर्माण किया था जिसमें गृहस्थाश्रम में रहते हुए भी एक-एक मास तक एकान्तवास करते हुए साधनारत रहते थे।

आपने सं० 1990 में स्वामी त्यागानन्द सरस्वती से दीक्षा लेकर गृहस्थाश्रम त्यागकर वानप्रस्थ आश्रम में प्रवेश किया एवं गुरुकुल महाविद्यालय अयोध्या की अवैतनिक सेवा में तल्लीन हो गये। आप न केवल गुरुकुल के ब्रह्मचारियों को योगाभ्यास कराते थे, बल्कि अपने दीक्षागुरु स्वामी त्यागानन्द जी महाराज के आदेशानुसार सम्पूर्ण भारत में पर्यटन करते हुए योग विद्या के प्रचार में संलग्न रहे। बिहार, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र एवं गुजरात में आपके असंख्य शिष्य आज भी योग साधना में संलग्न हैं।

सन् 194' के बाद मे आपको स्वामी त्यागानन्द जी ने गुरुकुल महाविद्यालय अयोध्या का मुख्य प्रबंधक नियुक्त कर दिया तब से अपने अन्तिम काल अर्थात् संवत 2029 विक्रमी पर अर्थात् सन् 1972 तक गुरुकुल अयोध्या में स्थायी रूप से निवास कर गुरुकुल का संचालन किया तथा उसके कुलपति रहे।

आपकी स्मृति में आपके ही पुत्र एवं शिष्य महामहोपाध्याय डॉ० ब्रह्ममित्र अवस्थी द्वारा 8/3 रूप नगर, दिल्ली, में स्वामी केशवानन्द योग संस्थान स्थापित एवं संचालित है। इस संस्थान से स्वामी केशवानन्द योग पत्रिका नामक मासिक योग पत्रिका का भी नियमित प्रकाशन होता है।

सिद्ध योगी स्वामी केशवानन्द सरस्वती जी की पुण्य स्मृति में उनके शिष्यों के प्रयत्न से सन् 1981 में इस संस्थान की स्थापना महामहोपाध्याय डॉ० ब्रह्ममित्र अवस्थी के इलाहाबाद स्थित निवास स्थान पर की गयी थी। किन्तु एक वर्ष बाद ही इसे इलाहाबाद से दिल्ली स्थानान्तरित कर लिया गया। एक रजिस्टर्ड ट्रस्ट के अधीन इस संस्था का संचालन होता है। डॉ० ब्रह्ममित्र अवस्थी इसके प्रधान ट्रस्टी तथा श्री प्रभाकर अवस्थी एडवोकेट सचिव

ट्रस्टी हैं। तीसरे संस्थापक ट्रस्टी हैं श्री दिवाकर अवस्थी (इन्दु प्रकाशन दिल्ली) संस्थान की महासभा के 27 आजीवन सदस्य हैं एवं एक सौ के लगभग वार्षिक सदस्य हैं। स्वा० कृष्णचन्द जी महाराज एवं डॉ० राजेन्द्र कुमारी वाजपेयी इसके संरक्षक तथा श्री राम चन्द्र विकल संसद सदस्य इसकी महासभा के अध्यक्ष हैं।

वर्तमान कार्यक्रम

1. समय-समय पर साधना सत्रों का आयोजन।
2. यथावसर ज्ञान सत्रों (विशिष्ट व्याख्यानों) के आयोजन।
3. दर्शन शास्त्र अथवा योग विषयक अखिल भारतीय अथवा स्थानीय सेमिनार एवं कांफ्रेंस के आयोजन।
4. हिन्दी एवं अंग्रेजी में योग विषयक साहित्य का प्रकाशन।
5. साप्ताहिक सत्संग का आयोजन।
6. एक पुस्तकालय का संचालन।
7. एक धर्मार्थ चिकित्सालय का संचालन।
8. योग महाविद्यालय (योग ट्रेनिंग कॉलेज) शीघ्र ही प्रारम्भ हो रहा है।
9. स्वामी केशवानन्द योग पत्रिका का नियमित प्रकाशन (वार्षिक मूल्य 25/- रु०)।

स्वामी केशवानन्द योग संस्थान के प्रकाशन

1. दत्तात्रेय योग शास्त्र हिन्दी व्याख्या सहित।
2. दत्तात्रेय योग शास्त्र इंग्लिश व्याख्या सहित।
3. योगबीज हिन्दी इंग्लिश व्याख्या सहित।
4. राजयोग साधना और सिद्धान्त।
5. Divine Path By Holy Saints.
6. अमनस्क योग।
7. योग और मानसिक स्वास्थ्य।
8. योग और स्वास्थ्य in Press
9. Rajayoga and its Practice, in Press

त्राटक का अभ्यास

त्राटक सामान्यत: तीन तरह से किया जाता है। नेत्र बन्द कर भौंहों के मध्य, हृदय, नाभि आदि आन्तरिक स्थानों में चक्षुवृत्ति की भावना देखना त्राटक है। किसी धातु अथवा पत्थर की बनी वस्तु अथवा काली स्याही से लिखे गए सफेद कागज के काले बिन्दु पर अथवा नासा के अग्र भाग पर अथवा भौंहों के मध्य भाग पर खुले नेत्र से देखना मध्य त्राटक है। चन्द्रमा, प्रकाशित नक्षत्र, प्रात:कालीन उदय होने वाले सूर्य अथवा किसी दूर के लक्ष्य पर दृष्टि स्थिर करने की क्रिया बाह्य त्राटक है। स्फटिक (बिल्लोर) के यन्त्र पर त्राटक करने से किसी तरह की हानि नहीं होती। नेत्र की ज्योति बढ़ती है, स्वास्थ्य सुधरता है, चित्त शान्त-प्रसन्न रहता है। यदि इष्टमन्त्रयुक्त त्राटक किया जाता है तो मन्त्र-सिद्धि में शीघ्र सफलता मिलती है। रात के समय मोमबत्ती अथवा तिल के तेल की बत्ती का प्रकाश स्फटिक पर डालते हुए त्राटक करना अधिक लाभदायक होता है। त्राटक के अभ्यास से नेत्र और मस्तिष्क में उष्णता बढ़ने की सम्भावना रहती है, ऐसी स्थिति में त्राटक के अभ्यासी को नेति, जलनेति की क्रिया करनी चाहिए। महीन सूत के दस-पन्द्रह तार की बटी डोरी को पानी में भिगो कर उसके एक किनारे के नोकदार सिरे को एक हाथ से नासिक द्वारा गले में ले जाकर दूसरे हाथ से पकड़ कर अन्दर-बाहर चलाकर निकाला जाता है। इससे मस्तिष्क, गले की सफाई होती है, नेत्र-ज्योति बढ़ती है। मुंह में पानी भर कर नासिका-छिद्र से निकाल देने पर भी नेति क्रिया पूरी हो जाती है। नेत्रों को त्रिफला-जल अथवा गुलाब के जल से भी धोते रहने से त्राटक में सुगमता होती है। त्राटक के अभ्यास से नेत्र के ज्ञानतन्तु बलशाही होते हैं। त्राटक का अभ्यास सिद्ध होने पर रोग-स्थान पर फूंक मारने से रोग की निवृत्ति होती है। संकल्प शक्ति बढ़ती है।

जिन्हें "सेवानन्द" कहना ही बेहतर होगा

स्वामी आध्यात्मानन्द

पूरे सौ वर्ष पहले की यह बात है। प्राचीन रामनद राज्य के तिरुनलवेल्ली जिले के पट्टमडाई ग्राम में सितम्बर की आठ तारीख को कुप्पुस्वामी का जन्म हुआ था। उसकी माता का नाम पार्वती अम्काल एवं पिता का नाम वेगु अय्यर था। वेगु अय्यर के दादा जी श्रीयुत अप्पय्या दीक्षितार इसुकि सोलहवीं शताब्दी के महान सन्त थे। वह वेदान्त और संस्कृत के प्रकांड पण्डित एवं भगवान शिव के उपासक थे।

किवदंती के अनुसार एक बार श्री अप्पय्या श्री तिरुपति बाला जी के दर्शनार्थ मन्दिर में गए लेकिन वहां इन्हें प्रवेश नहीं दिया गया क्योंकि वे शिव भक्त थे, जबकि मन्दिर वैष्णव भक्तों का था किन्तु लोग आश्चर्य चकित रह गए जब दूसरे दिन श्री तिरुपति बाला जी की मूर्ति ही शिवलिंग में बदल गई थी। तब लोगों ने भयभीत होकर विनम्र भाव से प्रार्थना करके श्री अप्पय्या दीक्षितार जी को मन्दिर प्रवेश कराया। उनकी भक्ति एवं प्रार्थना से शिवमूर्ति पुनः श्री वेंकटेश की मूर्ति में परिणत हो गई थी।

ऐसी महान परम्परा के पवित्र कुल में कुप्पुस्वामी का जन्म ईश्वर अनुराग के संस्कारों के साथ ही हुआ था। ईश्वर भक्ति गरीबों, दीन-दुखियों के प्रति सहृदयता पशु-पक्षियों के प्रति दया की भावना और उदारता उन में जन्मजात थीं। पढ़ाई हो या खेल-कूद का मैदान कोई ऐसा स्थान नहीं था जहां कुप्पुस्वामी प्रथम स्थान उपलब्ध न करते हों। एक बार राज्यपाल लार्ड एम्प्थील पट्टमकाई के निकट कुरुमला गीरिमाला में आए। उस अवसर पर उनके स्वागत समारोह में कुप्पुस्वामी का स्वागत भाषण की लार्ड के भाषण से भी अधिक प्रशंसा हुई थी।

प्रातः काल तीन-चार बजे उठ कर दस-बारह मील दूर नीरव जंगल में अपना एकांत मन्दिर में बैठ कर ध्यानस्थ होना या हरिजन बस्ती के अखाड़े में जाकर कुश्ती की शिक्षा ग्रहण करना उनके बचपन के ही शौक थे।

भूख-प्यास की सम्भावना से पृथक संयम और अनुशासन की ठोस नींव के ऊपर ही उनके जीवन का निर्माण हो रहा था। कुप्पुस्वामी के जीवन में आत्मसंयम एवं सेवा भावना ही मुख्य थे।

परम्परागत रूढ़िवादी एवं धार्मिक परिवार को कुप्पुस्वामी का डाक्टरी पढ़ना बिल्कुल पसन्द नहीं था, फिर भी सेवा तथा परोपकार की उनकी जन्मजात वृति ने उन्हें डाक्टर ही बनाया। तांजोर मेडीकल कॉलेज से डाक्टरी पास करने के बाद उन्होंने मलाया में सेवा कार्य करने की ठानी। इससे उनके ब्राह्मण परिवार में बहुत ही विरोध और शोरगुल हुआ, किन्तु वे तो बचपन से ही अछूतों के साथ समय बिताते, खेलते, लेजिम और कुश्ती सीखने और अपने हरिजन गुरु के चरणों में दण्डवत प्रणाम करते। कुप्पु का निर्मल मन मलाया के लोगों और भारतीयों के बीच कोई भेद नहीं मानता था।

मलाया पहुंचने पर रबर कम्पनी के मिस्टर रोबिहन्स ने जब उनसे पूछा' 'आप अकेले ही इतने बड़े अस्पताल को सम्हाल पाएंगे' तब उनका जवाब था, 'महाशय एक ही क्यों, मैं ऐसे तीन हास्पीटल भी सम्भाल सकता हूं।'

कुप्पुस्वामी का विश्वास था कि असहाय दीन या दलित व्यक्तियों की सेवा करने का कोई भी अवसर हाथ से गवाना नहीं चाहिए। आनन्द पूर्वक और किसी फल की कामना न करके सेवा करनी चाहिए।

सेवा का अवसर प्रदान करने के लिए ईश्वर को धन्यवाद देना चाहिए। याद रखें, मानव सेवा ही ईश्वर की सेवा है। सेवा ही हृदय शुद्धि का योग है आपके अन्दर विराजमान ईश्वर ही आपको सेवा कार्य करने के लिए प्रेरित करता है, आप तो केवल उसके साधन मात्र हैं।

किन्तु दिन रात लोगों की पीड़ा और यातना को देखकर तथा दूसरे विश्व युद्ध से फैली हुई विभीषिका में ग्रस्त लोगों को देख कर डॉ० कुप्पुस्वामी के हृदय की वेदना ने उनके सामने नए प्रश्नचिह्न खड़े कर दिए। 'क्या मानव जन्म दुखों को भोगने के लिए ही है ? क्या मानव जीवन का अर्थ जन्म, जरा, दुख, मृत्यु का चक्र ही है ? मानव जन्म का और कोई तात्पर्य नहीं है।

डाक्टर कुप्पुस्वामी मलाया छोड़ कर भारत वापस आ गए और बहुत दिनों तक हिमालय की उपत्यकाओं में भटकने के बाद गंगा के तट पर स्थित ऋषिकेश के स्वर्गाश्रम में आकर बस गए और महात्मा स्वामी विश्वानन्द जी से दीक्षा ग्रहण करके घोर तपश्चर्या में लीन हो गए और इस प्रकार कुप्पुस्वामी शिवानन्द हो गए। उनके अपने शब्दों में एक-दो सप्ताह मैं मणिकूट पर्वत शृंखला की तमाम कन्दराओं में भटक चुका था, तब मुझे रहने के लिए एक जीर्णकाय झोंपड़ी हाथ लगी थी। उसकी खिड़कियां और दरवाजे टूटे पड़े थे। ऊपर की छत भी उड़ गई थी भीतर और बाहर दीमक लग गई थी। सांप और बिच्छुओं की तो वहां बस्ती ही थी। फिर भी मुझे इस बात का सन्तोष था कि मैं शान्त एकान्त हूं।

स्वर्गाश्रम-लक्ष्मण झूला की गलियों में ऊं ऊं ऊं की रट लगाते हुए स्वामी शिवानन्द जी ने यह अनुभव किया कि वहां के अधिकांश साधु भूखे मरते हैं और भीषण ठंड से पीड़ित हैं। साधुओं की ऐसी दयनीय स्थिति को देख कर उन्हें बहुत ही दुख हुआ और पुनः उनके 'सेवा' के संस्कार जागृत हो गए। उन्होंने अनुभव किया कि 'सेवा ही उनके जीवन की साधना का मार्ग है।'

एक बार कुम्भ मेले में हैजा फैल गया था, भगदड़ मच गई थी, किन्तु सेवा भाव से प्रेरित स्वामी जी सवारी के अभाव में अपने कन्धों पर दो-दो मरीजों को एक साथ लाद कर सुरक्षित स्थान पर पहुंचाते थे। इस दौरान बहुत बार रोगी उनके शरीर पर ही मल त्याग कर देते, या उल्टी कर देते थे, किन्तु थोड़ी भी घृणा उनके मन में न आती और वे जैसे भगवत सेवा कर रहे हों, इस प्रकार उन रोगी नारायणों की पूजा में लगे रहते। इसी कारण उस समय के तमाम महात्मा अभी भी उन बातों को याद करते हुए कहते हैं कि उनकी 'शिव आत्मा' को आनन्द सेवा में ही बीता अतः 'शिवानन्द'—'सेवानन्द' के नाम से भी प्रसिद्ध हो गए थे।

अपने जीवन में ज्ञान दान को उन्होंने महत्वपूर्ण स्थान दिया था। जीवन के हर पहलू पर प्रकाश डालते हुए उन्होंने ३०० ग्रन्थों का लेखन किया। मुमुक्षुओं के लिए दिव्य जीवन संघ की स्थापना की। रोगियों की सेवार्थ शिवानन्द चिकित्सालय बनाया। आयुर्वेद विज्ञान को रक्षार्थ हिमालय की जड़ी-बूटियों से युक्त शिवानन्द आयुर्वेदिक फार्मेसी की स्थापना भी की। भारतीय संस्कृति एवं योग-वेदान्त की शिक्षा हेतु—योग वेदान्त अरण्य अकादमी की स्थापना की। दिव्य जीवन संघ की स्थापना के बाद वे गंगोत्री और हिमालय को छोड़ कर अखिल भारत एवं श्रीलंका की यात्रा के लिए निकल पड़े। इस यात्रा में उन्होंने विश्वविद्यालयों, अस्पतालों, जेलों, कल-कारखानों, खदानों में जाकर गली-गली कूचे-कूचे में जाकर लोगों को जीवन का मर्म समझाया, मदद करो सेवा करो, लड़ो नहीं। मेल से, शांति से सब की सहायता करो। मतभेद अथवा कलह उत्पन्न न करो। सेवा के रास्ते बड़े विकट हैं, अपमान होगा तो सहन करना। स्तुति और निन्दा यह तो हवा के तरंग मात्र है। उससे ऊपर उठो।

गरीब, रोगी और दुखियों की सेवा करो। जो गिरे हुए हैं उन्हें उठाओ, अन्धों को राह दिखाओ। पीड़ितों को आश्वत करो। शोकातुर को उत्साहित करो, यही आपका जीवन मन्त्र होना चाहिए। ईश्वर में सम्पूर्ण श्रद्धा, पड़ोसी पर अपने आत्मीय समान ही प्रेम रखो हृदय तथा आत्म-भाव से पशु, प्राणी, बच्चे और स्त्रियों की रक्षा करना यह अपना जीवन सूत्र होना चाहिए। सेवा से ही हृदय की शुद्धि होगी। ईश्वर के साक्षात्कार और जीवन में शांति के लिये सेवा के अतिरिक्त अन्य कोई मार्ग नहीं है।

अपने देश के बारे में उन्होंने कहा, 'मैं अपने भारत को प्यार करता हूं। भारत पहले, धर्म बाद में। ..भारत महान देश है। यह जागेगा, उन्नति करेगा और एक महान लक्ष्य की प्राप्ति करेगा। □

योगीराज चमनलाल जी महाराज

लेखक : केवल कृष्ण खन्ना, मंत्री योग साधक आश्रम होशियारपुर

श्री सद्गुरुदेव चमनलाल कपूर जी का जन्म 30 मार्च 1917 ई० में जम्मू (काश्मीर राज्य) में एक धार्मिक क्षत्री परिवार में हुआ। इनके पिताजी का नाम लाला ज्ञानचन्दजी कपूर था जो स्वतन्त्र विचारों के आर्य समाजी और काश्मीर राज्य में पदाधिकारी थे। पूज्य पिताजी के आर्य सामाजिक विचारों के कारण श्री सद्गुरु चमनलाल की शिक्षा-दीक्षा पर भी आर्य समाज का गहरा प्रभाव पड़ा। अति छोटी आयु से ही इन्हें पुराने धुरन्धर आर्य संन्यासियों और विद्वानों के उपदेशों के श्रवण करने तथा उनकी सेवा का अवसर मिलने लगा। उन्हीं के संसर्ग से इन्हें आरम्भिक योग शिक्षा मिली।

स्कूल की शिक्षा इन्होंने जम्मू में पाई और फिर श्रीनगर के श्री प्रतापसिंह कालेज से इन्होंने बी० ए० (आनर्स) किया। अपने कालेज जीवन के काल में ये आर्य समाज वजीरबाग श्रीनगर के पदाधिकारी और अन्तरंग के सदस्य रहे और आर्य विद्वानों की सेवा व सत्संगति के साथ-साथ वैदिक सिद्धान्तों का प्रचार और योग प्रचार का कार्य लग्न से करते रहे। डी० ए० वी० हाई स्कूल श्रीनगर की स्थापना और संचालन में इनका महान सहयोग रहा।

स्नातकोत्तर शिक्षा के लिए ये डी० ए० वी० कालिज लाहौर में प्रविष्ट हुए और डी० ए० वी० कालिज होस्टल में रहकर यथासम्भव योग का विस्तार करने में तत्पर रहे। सन् 1939 में इन्होंने वहाँ से प्रथम श्रेणी में एम० ए० पास किया। इस काल में एक विलक्षण घटना इनके साथ हुई जिसने इनके जीवन में बहुत परिवर्तन लाया, इन्हें श्री प्रभु रामलाल जी महाराज ने स्वप्न में दर्शन दिए और श्री स्वामी मुलखराज जी महाराज के पास जाकर दीक्षा ग्रहण करने का आदेश दिया। उनकी आज्ञा मानकर ये छेहरटा के योग साधन आश्रम में गये और इन्होंने स्वामी मुलखराज जी महाराज का शिष्यत्व ग्रहण किया। वहीं से इन्होंने विधिवत योग के सम्पूर्ण अंगों की शिक्षा भी प्राप्त की। तब से इनके जीवन में वैराग्य और आध्यात्मिक मस्ती का अभूतपूर्व रंग चढ़ गया। ये उन्मनी अवस्था में रहते हुए अपना व्यवहारिक कार्य करते।

डी० ए० वी० कालेज लाहौर से एम० ए० की शिक्षा सम्पूर्ण कर इन्होंने गुरुकुल पोठोहार रावलपिंडी में प्रिंसिपल का कार्यभार संभाला। रावलपिंडी की आर्य समाज में वैदिक प्रचार कार्य में विशेष सहयोग दिया तथा गुरुकुल के विद्यार्थियों, अध्यापकों और आर्यजन समुदाय को योग की शिक्षा देते रहे।

दो वर्ष गुरुकुल पोठोहार में कार्य करने के पश्चात ये गवर्नमेंट कालेज संगरूर में प्राध्यापक नियुक्त हुए। वहाँ पर भी इन्होंने आर्यसमाज में तथा अपने विद्यार्थियों में योग प्रचार बहुत उत्साह के साथ किया। इसी प्रकार जहाँ-जहाँ इनका स्थानान्तर अन्य कालेजों में होता रहा इन्होंने योग प्रचार में ही अपना अमूल्य समय लगाया तथा यौगिक साहित्य की रचना की।

सन् 1952 ई० में ये होशियारपुर के गवर्नमेंट कालेज में स्थानान्तरित हुए। तभी वहाँ पर माडल टाउन में एक कोठी मोल लेकर इन्होंने अपने सद्गुरुदेव स्वामी मुलखराज जी महाराज की आज्ञा से योग साधन आश्रम होशियारपुर की स्थापना की, और श्री सद्गुरुदेव मुलखराज जी महाराज स्वयं प्रतिवर्ष आकर इस आश्रम में विराजमान होते और जनता को अपने उपदेशों तथा योग साधनों से कृतार्थ करते।

सन् 1963 ई० में इनका स्थानान्तर शिमला के टीचर्ज ट्रेनिंग कालेज में हुआ। तब शिमला के योग साधन आश्रम का कार्यभार भी इन्होंने सँभाला। ये बारह वर्ष तक निरन्तर शिमला तथा हिमाचल प्रदेश के दूर स्थित स्थानों में योग प्रचार का कार्य करते रहे।

सन् 1970 में ये सोलन (हि० प्र०) के स्टेट इन्स्टीट्यूट ऑफ ऐजूकेशन (S.I.E.) के डायरेक्टर नियुक्त हुए। वहाँ पर इनको श्री प्रभु रामलाल जी महाराज का विलक्षण साक्षात्कार हुआ और इनको आज्ञा दी कि "श्री योग महादिव्य रामायण का आरम्भ श्री स्वामी मुलखराज जी के जीवनकाल में पं० चक्रधारी वेजर ने किया था। परन्तु अधूरा कार्य छोड़कर वह पंचत्व को प्राप्त हुआ। इस कार्य को तुमने हमारी कृपा से सम्पूर्ण करना है।" इन्होंने श्री करुणावतार प्रभुजी महाराज की आज्ञा को शिरोधार्य किया और जिस प्रसंग पर पं० चक्रधारी वेजर ने अपनी रचना छोड़ी थी वहाँ से आगे इन्होंने श्री प्रभु कृपा से लिखने का यत्न किया। ये कवि नहीं थे और न ही कभी कोई पद्य लिखा था। परन्तु श्री प्रभु जी की शान्ति से इनकी लेखनी में सरस्वती का वास हुआ और पन्द्रह वर्ष के अनथक प्रयास से 'श्री योग महादिव्य रामायण' महाकाव्य की रचना प्रकाश में आई।

श्री प्रभुजी की कृपा इनके तथा इनके परिवार के जीवन में विलक्षण रूप से अभिव्यक्त होती रहती है। श्री प्रभुजी के सान्निध्य की अनुभूति चौबीस घण्टे बनी रहती है। जब श्री प्रभु जी की प्रेरणा हुई कि विदेश में जाकर भी अधिकारी जनता को योग की शिक्षा दो तो ये जनवरी 1986 से अप्रैल 1986 तक सपत्नीक अमरीका गये और वहाँ पर टेक्सास, ऐरिसगोना तथा कैलिफोर्निया के राज्यों में अधिकारी वर्ग को योग सिखलाया।

श्री सद्गुरुदेव चमनलाल जी के संसर्ग में जो भी आता है उस पर इनके आध्यात्मिक जीवन की छाप सहज ही पड़ती है। जब ये कालेजों में प्रिंसिपल थे तब इनके विद्यार्थियों, प्राध्यापकों और अन्य कर्मचारियों पर इनकी आध्यात्मिकता का ऐसा प्रभाव था कि कभी भी वहाँ इनके कार्यकाल में, कोई अनुशासनिक समस्या उत्पन्न नहीं हुई। ये जहाँ भी होते अपने छात्रों को गीता* की शिक्षा देते और छात्रावासों में मांस का प्रयोग बन्द कर देते। उसकी इस आज्ञा को सभी जन सहर्ष स्वीकार करते।

योग साधन आश्रम होशियारपुर में जो भी स्त्री-पुरुष आते हैं वे मुक्त कण्ठ यही कहते हैं कि हमें यहाँ पर अभूतपूर्व शान्ति मिली है।

मैं, केवलकृष्ण खन्ना, इस आश्रम की सेवा कई वर्षों से सद्गुरुकृपा से कर रहा हूँ। मेरे तथा मेरे परिवार के जीवन में विलक्षण परिवर्तन आया है और प्रभु भक्ति तथा शान्ति की जो उपलब्धि हुई है उसे मैं शब्दों में नहीं बता सकता।

नाथसिद्ध बाबा सुन्दरनाथ

नाथयोगी बाबा सुन्दरनाथ सिद्धपुरुष थे। उनमें अपार योगसिद्धि और साधन-सम्पत्ति थी। बाबा सुन्दर नाथ कर्नाटक प्रदेश के मैंगलोर के कदरी मठ के महन्त थे, जहाँ मत्स्येन्द्र आसन और नाथ-पादुका की पूजा होती है। एक दिन बाबा अचानक अदृश्य हो गए। लोगों को उनका दर्शन बदरीनाथ धाम में भगवती अलकनन्दा नदी के तट पर तप में तत्पर रहते हुआ। बदरीनाथ-मन्दिर के कपाट शीतकाल में बन्द हो जाने पर भी वे सिद्ध अवधूत दिगम्बर योगी अलकनन्दा के तट पर विकट हिमपात के वातावरण में योगसाधना और तपस्या में प्रवृत रहते थे। ग्रीष्मकाल में बदरी नाथ-मन्दिर का पट खुलने के समय दर्शनार्थियों और श्रद्धालुओं को उनका यहीं तपस्वी वेष में दर्शन होता था। श्री गोरक्षनाथ सिद्धपीठ गोरखपुर के सिद्धपुरुष बाबा गम्भीरनाथ में उनकी बड़ी श्रद्धा और सत्कार-बुद्धि थी। वे उनका दर्शन और साक्षात्कार करने गोरखनाथ-मन्दिर, गोरखपुर में आया करते थे। वे न कुछ बोलते थे, न कहते थे। दोनों सिद्धपुरुषों में अन्तर्वार्तालाप होता रहता था। बदरीनाथ धाम के फोटोग्राफर महेशानन्द एण्ड संस ने कई बार उनका चित्र लेने का यत्न किया। चित्र केमरे के फिल्म में आता ही नहीं था। बाबा सुन्दरनाथ से इसके लिए प्रार्थना की गई। उनकी अनुमति से फोटो लेना सम्भव हो सका। कभी-कभी बाबा का दर्शन हरिद्वार के उस पार चण्डी पहाड़ की तलहटी और गढ़वाल के समीपस्थ जंगलों में किसी-किसी भाग्यशाली को होता रहता है।

प्राचीन महर्षियों का दीवाना सन्त

योगी सच्चिदानन्द सरस्वती

अध्यक्ष पातंजल योग आश्रम ज्वालापुर

किसने कल्पना की थी कि 10 फरवरी सन् 1906 (तदनुसार फाल्गुन सम्वत् 1962) को दिल्ली-देहात के ग्राम नांगलोई के एक वैश्य परिवार में जन्मा बालक 'राजालाल' अपनी युवावस्था में 'आचार्य राजेन्द्रनाथ शास्त्री' नाम से प्रसिद्धि पाकर संस्कृत का उद्भट विद्वान बनेगा ! और फिर वार्धक्य में 'सच्चिदानन्द योगी' नाम से प्रख्यात होकर पातंजल योग का प्रणिधानी सन्त सिद्ध होगा। माता श्रीमती यमुनादेवी। पिता मास्टर प्यारेलाल दिल्ली के स्कूलों में गणित के एक विशिष्ट अध्यापक थे।

प्रारम्भिक शिक्षा :—'दयानन्द रैजिडेंशियल हाई स्कूल' पटौदी हाउस, दिल्ली के प्रधानाध्यापक, 'असहयोग आन्दोलन' काल में बढ़-चढ़कर विदेशी विरोध किया। स्कूल का नाम बदलकर 'दयानन्द नेशनल हाई स्कूल' रखा गया। अंग्रेजी शिक्षा को छोड़कर संस्कृताध्ययन के लिये 'ब्रह्म महाविद्यालय' लाहौर पहुँचा। वहाँ आचार्य पंडित विश्वबन्धु शास्त्री एम० ए० के शिष्यत्व में 'धर्मेन्दु' और धर्मेन्द्र' परीक्षाएँ भी सर्वप्रथम रहकर उत्तीर्ण कीं।

प्राचीन आर्ष-पद्धति से संस्कृत में वास्तविक ज्ञान इस युवक ने 'गुरुकुल महाविद्यालय' ज्वालापुर में व्याकरण के सूर्य गुरुवर श्री शुद्धबोधतीर्थ से पाया। विविध शास्त्रों का अध्ययन कर, 'राजेन्द्रनाथ' नाम धारण कर, और भारतीय महर्षियों के पदचिह्नों पर चलने का व्रत लेकर 21 वर्षीय यह स्नातक 1927 में घर लौटा।

यौवन :—इधर घर पर माता-पिता ने पुत्र को गृहस्थ में बाँधने की पूरी तैयारी की हुई थी। श्री राजेन्द्रनाथ घर पहुँचे कि अपने अनुरूप एक सुशील व रूपवती कन्या से विवाह-बन्धन में बन्ध दिये गये। गृहस्थी के लिए एक डिस्ट्रिक्ट बोर्ड स्कूल में कुछ महीने पढ़ाया।

विवाहोपरान्त तीन वर्ष में ही पहले पुत्र का और बाद में पत्नी का देहावसान हो गया। एतज्जन्य एकाकीपन और उद्विग्नता पर विजयहेतु श्री राजेन्द्र पुन: 'गुरुकुल महाविद्यालय' ज्वालापुर पहुँचकर गम्भीर शास्त्राध्ययन में तल्लीन हो गये। व्याकरण महाभाष्य, न्यायदर्शन और वेद-वेदांग का अध्ययन करते हुए 'विद्याभूषण' उपाधि सर्वप्रथम स्थिति में उत्तीर्ण की।

लगभग 26 वर्ष की वय में श्री राजेन्द्रनाथ डी० ए० वी० हाई स्कूल बेयर्डरोड़ में प्रधान संस्कृताध्यापक नियुक्त हुए। यहाँ अनुमानत: ढाई वर्ष तक संस्कृत अध्यापन करते हुए इन्होंने पंजाब विश्वविद्यालय से 'शास्त्री' की उपाधि भी अर्जित की। किंतु इनकी शास्त्रों के अध्ययन-अध्यापन की साध पूरी न हुई। अत: सम्मानपूर्वक यहाँ से भी स्वत: विदा ले ली।

गुरुकुल संस्थापन—सन् 1934 की श्रावणपूर्णिमा पर 'दयानन्द वेद विद्यालय' नामक गुरुकुल की स्थापना—दिल्ली के बिरला मन्दिर में अत्यन्त सादगी से करके आचार्य श्री राजेन्द्रनाथ शास्त्री ने पंचकुइयाँ रोड़ के एक क्वार्टर में संस्कृतानुरागियों के लिये नि:शुल्क शास्त्राध्यापन प्रारम्भ कर दिया। आवश्यकतानुसार गुरुकुल को अनेक बार स्थानान्तरित करना पड़ा। कुछ माह गाजियाबाद के समीप ढका गाँव में और कोई चार वर्ष तक यमुना के तट पर अस्थायी कुटियाओं में 'आर्ष-पाठविधि' को बुद्धि-ग्राह्य बनाया जाता रहा।

सन् 1940 में यूसुफ सराय के निकट खेत की 4-5 बीघा भूमि गुरुकुल को दान में मिली। तब से गुरुकुल यहाँ स्थायी रूप लेने लगा। धीरे-धीरे भवन-निर्माण होता गया और ब्रह्मचारियों की संख्या भी बढ़ती गयी। प्रारम्भ में यहाँ मीलों तक वस्ती का नाम न था। आज यह गौतमनगर की घनी आबादी से घिरा हुआ है और 'गुरुकुल-गौतमनगर' के नाम से जाना जाता है। आचार्य श्री शास्त्री के पौत्र शिष्य श्री हरिदेव जी ने इसे आजकल सम्भाला हुआ है।

अपने यौवन के बीस-पच्चीस वर्ष आचार्य श्री राजेन्द्रनाथ ने इस गुरुकुल के निर्माण में होम दिए। आपके पिता भी संन्यस्त हो 'स्वामीप्रकाशानन्द बन अहर्निश गुरुकुल व्यवस्था में संलग्न हो गये। आर्य जगत् में यहाँ की विशिष्ट

आर्ष—शिक्षा-पद्धति की चर्चा होने लगी। यहाँ के स्नातकों में से आचार्य भागवानदेव (वर्तमान स्वामी ओमानन्दजी सरस्वती ने) गुरुकुल झज्जर की स्थापना की और कालान्तर में 'आर्ष गुरुकुल विद्यापीठ' के रूप में मान्यता प्राप्त की। आन्ध्र और उत्तर प्रदेश में भी दो गुरुकुल 'दयानन्द वेद विद्यालय' की शाखा के रूप में स्थापित हुए। दिल्ली में खेड़ा-खुर्द का गुरुकुल प्रारम्भ में इसी का एक भाग था। आज 'आर्य गुरुकुल' के रूप में वह एक स्वतन्त्र संस्था है। आचार्यजी द्वारा स्थापित 'दयानन्द-परिव्राजक मण्डल' भी यहीं सक्रिय हैं।

संन्यास—'वार्धक्ये मुनिवृत्तीनां, योगेनान्ते तनुत्यजाम्' की आर्य भावना और चार आश्रमों का महत्त्व जिसने स्वधर्म की तरह समझा-समझाया हो, वह स्वयं अधिक देर घर में कैसे रुक सकता था? चार पुत्रियों में से तीन का विवाह तो कर ही चुके थे। चौथी का उत्तरदायित्व पत्नी और पुत्रों को सौंप 23 अप्रेल सन् 1968 की बैसाखी पर 'स्वामी योगेश्वरानन्द जी सरवस्ती' से उनके प्रिय शिष्य ने संन्यास लेकर 'स्वामी सच्चिदानन्द' नाम धारण किया, जिस में 'योगी' उपाधि बाद में आर्यसमाज के प्रख्यात नेता 'महात्मा आनन्द स्वामीजी' ने जोड़ दी।

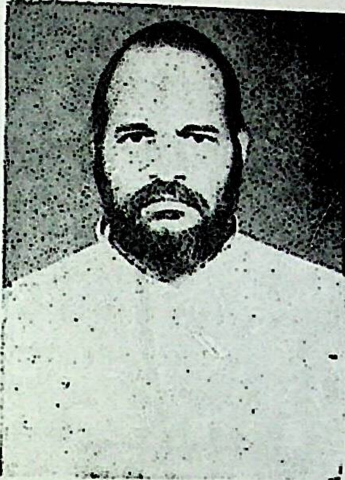
योग प्रचार—अब पूर्णतया जीवन्मुक्त होकर योगी सच्चिदानन्द महर्षि पातंजलि-निर्दिष्ट योग की गहराई में उतरने लगे। योग-दर्शन और अभ्यास की सूक्ष्मता को समझने में योगीजी महर्षि दयानन्द को ही अपना गुरु मानते हैं। महर्षि का 'यजुर्वेद भाष्य' और 'ऋग्वेदादि भाष्य भूमिका' इस दिशा में उनके पथ-प्रदर्शक हैं। भारतीय महर्षियों द्वारा प्रतिपादित योग पद्धति के इस आधुनिक योगी ने सारे भारत में घूम-घूमकर योगशिविर लगाये जिनकी संख्या सैंकड़ों तक और साधकों की सहस्रों तक पहुँची। जहाँ जाते वहीं एक योग साधक-समाज बन जाता।

पातंजल योगधाम हरिद्वार—शनैः-शनैः योगीजी ने वानप्रस्थाश्रम ज्वालापुर में 'योगधाम' नाम से एक आश्रम का निर्माण किया जिसमें साधकों के लिये निर्विघ्न एकान्त-साधना का प्रबन्ध है। आजकल इसे इन्हीं के सुयोग्य शिष्य स्वामी दिव्यानन्द सरस्वती एक रजिस्टर्ड ट्रस्ट के अन्तर्गत चला रहे हैं। इसमें पूरे वर्ष अनेक साधक कई बार दीर्घकालीन 'कुटि-प्रवेश' करते हैं। प्रतिवर्ष दो बार दीपावाली और बैसाखी से पूर्व सप्ताह-सप्ताह के योग-शिविर लगते हैं, जिनमें दूर-दराज के सैंकड़ों साधक भाग लेते हैं।

योग साहित्य—महर्षि-भक्ति के फलस्वरूप चिन्तन, लेखन और प्रकाशन से भी इस योगी का नाता बना ही रहा। योग मार्ग पर आरूढ़ होते ही श्री स्वामी योगेश्वरानन्दजी सरस्वती के साहित्य का लेखन-सम्पादन किया। फिर महर्षि दयानन्द की कलकत्ता में पंडित दीनबन्धुजी वेदशास्त्री द्वारा खोजी गई 'अज्ञात-जीवनी 1969-70 में 'सार्वदेशिक' पत्र में प्रकाशित हुई तो उसमें महर्षि की विस्तृत योग-व्याख्या के मर्म को इन्होंने ही समझा। उसे चमत्कारपूर्ण मान जब कुछ योग बाह्य लेखकों ने विरोध किया तो ये न सह सके। उस पर दीर्घ 'अनुसन्धान' कर 'योगी का आत्मचरित्र' नाम से प्रकाशित किया, जिससे स्वामी दयानन्द सरवस्ती का विदेशी शासन के विरुद्ध 'क्रान्तिकारी' और 'देश-विदेश की यात्रा करने वाला योगी' रूप विशेषतः स्पष्ट हुआ। इस बहुचर्चित प्रकाशन से भारतीय स्वतन्त्रता समर का उज्ज्वल पक्ष तो उजागर हुआ ही पातंजल योगी का सरल विशदीकरण भी हुआ।

योग-सम्बन्धी अन्य अनेक प्रेरणाप्रद रचनाएँ इस सन्त की लेखनी से प्रसूत हुईं। कुछ उल्लेखनीय कृतियों में साधकों को उद्बोधित करने वाली हैं—'पातंजल-योग-साधना', और द पाथ ऑफ रीयल योग' (The Path of Real Yoga) महर्षि पातंजलि, व्यास, श्री कृष्ण, शंकर और दयानन्द के निर्देशों का सारगर्भित संक्षेप किया गया। 'योग-सार' में। प्रणवजप का महत्त्व प्रतिपादित करता है 'ओ३म् स्मरण'। आचार्य शंकर के भाष्य को 'ध्यानयोगमयी' रूप में दर्शाता है—'कठोपनिषद्,। शंकराचाय के विवरण के अनुसार पुनर्गठित व्यास-भाष्य और व्याख्या के साथ छप रहा है—'पातंजल-योग-सूत्र-भाष्यम्'।

पातंजल-योग-मठ—आजकल योगीजी महाराज हैदराबाद आन्ध्र प्रदेश में 80 वर्ष की परिपक्व अवस्था में भी योग के प्रचार और प्रसार के प्रति समर्पित और सक्रिय हैं। श्रीमती इन्दिरागांधी के निर्वाचन क्षेत्र 'मेंदक' जिले के एक ग्राम बोन्तापल्ली में 'पातंजल-योग-मठ' नाम से एक साधना-केन्द्र का निर्माण हुआ है जिसे योगीजी की प्रधान शिष्य ब्रह्मचारिणी निर्मला योगभारती सम्भालती हैं। योगीजी को संरक्षक मानकर 'सच्चिदानन्द-योग-मिशन' ने उल्लिखित पुस्तकें और पत्रिकाएँ प्रकाशित करने के अतिरिक्त ध्यान-याग-शिविर व 'मौनकुटि-प्रवेश' जैसे ठोस योग-साधना के कार्य किये-कराये हैं।



डा० नरेश कुमार ब्रह्मचारी

नई देहली

आपका जन्म 20 नवम्बर, 1941 को दक्षिणी दिल्ली के शाहपुर जट ग्राम के एक धार्मिक परिवार में हुआ। बचपन से ही आपके हृदय में धर्म तथा योग में निष्ठा सवार हो गई। 1956 से ही आप योगियों की खोज में तत्पर रहने लगे और ध्यान तथा समाधि की प्राप्ति के लिये अनेक योगियों से भेंट की तथा योग विषय पर बहुसंख्य ग्रंथों का अध्ययन किया। 1958 में आपकी भेंट पचेण्डा (सहारनपुर) निवासी ब्रह्मचारी कृष्ण देव चैतन्यजी से हुई। उन्हीं के पथ प्रदर्शन में आपने कुण्डलिनी योग की साधना कर उसमें वांछित सफलता प्राप्त की तथा योग की अनेक गूढ़ साधना-प्रक्रियाओं से परिचय प्राप्त किया। 1961 में आपकी भेंट योग निकेतन मुनि की रेती के संस्थापक आचार्य स्वामी योगेश्वरानन्द सरस्वती से हुई जो उन दिनों ब्रह्मचारी व्यासदेवजी के नाम से स्वर्गाश्रम (ऋषिकेश) में रह रहे थे। स्वामी योगेश्वरानन्दजी महाराज से आपने आसन, प्राणायाम, बन्धमुद्राओं, कुण्डलिनी योग तथा ध्यान योग की उच्च साधनाओं की शिक्षा प्राप्त की।

साथ-साथ, निरन्तर स्वाध्यायरत रह कर आप रामायाण, महाभारत, दर्शन, शास्त्र, स्मृति, पुराण तथा उपनिषदादि का अध्ययन करते रहे। जिससे यह अनुभव हुआ कि आर्य ग्रंथों का अधिकारिक ढंग से अधिकाधिक रसोपन करने के लिये संस्कृत भाषा का ज्ञान होना आवश्यक है अतः आपने संस्कृत में प्रवेश करने का दृढ़ संकल्प कर संस्कृत से एम० ए० की परीक्षा उत्तीर्ण की। इस परीक्षा में आपने विश्वविद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके उपरान्त योगसूत्रों की व्याख्याओं के तुलनात्मक अध्ययन विषयक शोध प्रबन्ध पर पी० एच० डी० तथा आयुर्वेदीय प्रकाश में योग के चिकित्सात्मक मूल्यांकन सम्बन्धी शोध-कार्य पर डी० लिट्० की उपाधि प्राप्त की। साथ ही, प्राकृतिक चिकित्सा पर एक शोध प्रबन्ध लिखकर आपने एन० डी० की उपाधि तथा यौगिक और आयुर्वेदीय संशोधन चिकित्सा पर लिखे अपने शोध प्रबन्ध पर योगविद्यावारिधि की उपाधि प्राप्त की।

योगामृत का रसोपन जनता-जनार्दन को कराने की दृष्टि से आपने पातंजल योग साधक समाज के संस्थापक आचार्य स्वामी सच्चिदानन्द योगी तथा आचार्य विष्णु सहायजी द्वारा अष्टांग योग और जपयोग की साधना के प्रचारार्थ आयोजित सैंकड़ों प्रशिक्षण-शिविरों में क्रियात्मक योगदान देकर उन शिविरों को अधिकाधिक लोकप्रिय एवं सार्थक बनाने का प्रयत्न किया। आत्म साक्षात्कार की प्राचीन ऋषि परम्पराओं को सरल, सुबोध और क्रियात्मक ढंग से सिखाने में भी आपने गहन अनुभव प्राप्त किया है।

1968 में आपने पी० एच० डी० करने के लिये भारतीय विद्या संस्थान से सम्पर्क स्थापित किया तथा वहीं पर अनुसन्धान निर्देशक के रूप में 1974 तक कार्यरत भी रहे। 1974 में आपकी नियुक्ति भारतीय चिकित्सा पद्धति तथा होम्योपैथी की केन्द्रीय अनुसन्धान परिषद् में सहायक निदेशक (योग) के पद पर हुई जो स्वास्थ्य मन्त्रालय की एक स्वायत्त संस्था है। यही परिषद् आगे चलकर 1978 में सरकार द्वारा आयुर्वेद, यूनानी, होम्योपैथी तथा योग को

स्वतन्त्र विकास का अवसर देने की दृष्टि से चार पृथक परिषदों में विभक्त कर दी गई। इस निर्णय के अनुसार आपकी सेवाओं को केन्द्रीय योग तथा प्राकृतिक चिकित्सा परिषद् में अन्तर्विष्ट कर लिया गया। आप अभी तक इसी परिषद में कार्यरत हैं जिसका मुख्यालय 68, अशोक रोड़, दिल्ली—110001 है।

कुण्डलिनी जागरण और चक्रों का भेदन होने के बाद भी आपने अनेक वर्षों तक साधना-रत रहकर सुषुम्ना में उत्पन्न होने वाले आलोक को हस्तगत कर उनसे शरीर के विभिन्न भागों को तथा बाहरी जगत् में स्थानान्तर के पदार्थों को देखने-भालने की योग्यता प्राप्त करने के लिये निरन्तर अभ्यास किया। किन्तु इस प्रकार इच्छानुसार पदार्थों का मानस प्रत्यक्ष कर सकने की योग्यता हाथ न लगी। यहाँ तक कि हठयोग के बड़े-बड़े सिद्ध अभ्यासियों के मुख से भी सुना गया कि मन को वश में करने तथा समाधि की सिद्धि के लिये पातंजल अष्टांग योग से बढ़कर कोई साधना नहीं है। हठयोग के एक पहुँचे हुए अभ्यासी मेरे प्रथम गुरुजी ब्रह्मचारी कृष्णदेव चैतन्यजी के पास आये। उन्हें पचासों प्रकार के प्राणायाम, एक हजार प्रकार के आसन, विविध प्रकार के शुद्धिकर्म, बन्ध और मुद्राएँ सिद्ध थे। वृक्षासन में खड़े होकर वे शरीर का पूरा भार न केवल एक हाथ पर अपितु एक हाथ के अंगूठे पर केन्द्रित कर लेते थे। उनकी इस साधना की धाक जनता पर जम गई। किन्तु गुरुजी से उन्होंने जब बताया कि वे हठयोग की इतनी बड़ी साधना के बावजूद मन की चंचलता से परेशान हैं तथा ध्यानयोग की साधनाएँ सीखना चाहते हैं। तब गुरुजी को भी हठयोग की अपूर्णता का प्रत्यक्ष भान हुआ। कहने का तात्पर्य यही है कि यद्यपि हठ इत्यादि की साधना से शारीरिक शुद्धि, स्वास्थ्य की रक्षा, तथा रोगों का उपचार आदि अनेक लाभ हैं किन्तु हठयोग, राजयोग में प्रवेश प्राप्ति का माध्यम मात्र है। समाधि प्राप्ति कराने में सक्षम साधना पद्धति नहीं। योग के स्वाध्याय चिन्तन और अभ्यास में बीसों वर्षों तक लगे रहने के बाद आप की योग या समाधि के विषय में निम्न ठोस धारणाएं बन गई हैं—

योग या समाधि अतीन्द्रियों पदार्थों के मानस प्रत्यक्ष का ही नाम है जो रज और तम पर सत्वगुण के पूर्णतया अधिकार के बिना प्राप्त नहीं हो सकती। रजस् एवं तमस् के क्षय और सत्वगुण की वृद्धि के लिये यम नियमों की सांगोपाँग साधना के साथ-साथ तीव्र वैराग्य तथा ईश्वर-प्रणिधान का अनुष्ठान नितान्त अनिवार्य है। अपने अनन्त ज्ञान ऐश्वर्य तथा आनन्द रूप नित्यसिद्ध स्वभाव के कारण समस्त जीवात्माओं से विलक्षण ईश्वर कृपा के बिना निर्बीज समाधि या मोक्ष की प्राप्ति असम्भव है। योगसूत्रों में अर्थ भाव सहित 'ओम्' अक्षर के निरन्तर जप को ईश्वर प्रणिधान नाम दिया है तथा इसे ही आत्म साक्षात्कार करने तथा विघ्न-बाधाओं को पार करने का सरलतम और निश्चित साधन स्वीकार किया है। अर्थभाव सहित प्रणव जप करने से प्रतिक्षण उत्तरोत्तर काल में विषयासक्ति रूप, अज्ञानान्धकार का नाश एवं ईश्वरभक्ति रूप ज्ञान का प्रकाश बढ़ता जाता है। प्रेम और उत्साह भरे हृदय से किया गया प्रणव जप ही निरन्तर अभ्यास से गाढ़ा होकर ध्यान और समाधि, प्रज्ञालोक, परवैराग्य तथा मोक्ष तक की प्राप्ति साधक को करा देता है। वस्तुतः उपनिषदों में प्रणवोपासना के नाम से वर्णित पुरातन ऋषियों की आत्म साक्षात्कार परम्परा का मार्ग "ओ३म्" अक्षर का निरन्तर मानसिक जप करना और ईश्वर को सर्वत्र अंग संग मानकर पापों से बचे रहना ही है। योगी लोग साधारणतः किसी अन्य प्रकार से ईश्वर की उपासना नहीं करते अपितु ईश्वर प्रणिधान कथित ओम् जप और ईश्वर चिन्तन का निरन्तर अनुष्ठान करते-करते ही उनका मन ईश्वर में ही समाहित हो जाता है और उन्हें आत्मा और परमात्मा के विषय में यथार्थ ज्ञान हो जाता है। इस अवस्था की प्राप्ति के लिये हृदय का परमेश्वर की व्यापकता के ज्ञान से प्रकाशित, योग में शीघ्र सिद्धि प्राप्ति के लिये उत्साहित तथा भक्ति रस के परिपूर्ण होना परमावश्यक है। यद्यपि राम, शिव, नारायणादि प्रभु के दूसरे नामों के निरन्तर श्रद्धासहित जप से भी ध्यान समाधि की योग्यता प्राप्त हो सकती है तथापि 'ओंकार' सूक्ष्मतम और व्यंजनरहित होने के कारण जितना शीघ्र एक तान होकर वाक्यन्त्रों तथा मन को शान्त कर सकता है वैसा अन्य बीजमन्त्र नहीं कर सकते। हठ, लय, तन्त्रादि योग पद्धतियों से योगसूत्रों में वर्णित मानस प्रत्यक्ष की योग्यता प्राप्त नहीं हो सकती ऐसी आपकी अटल धारणा है। हाँ, आसन, प्राणायाम, बन्धादि की विधिवत् साधनाएँ अन्नमय कोश (शरीर) तथा प्राणायाम कोश की अशुद्धि का नाश करके ध्यान योग की शीघ्र तथा निर्विघ्न सिद्धि में सहायक अवश्य होती हैं।



योगी डा० ब्रह्म मित्र अवस्थी

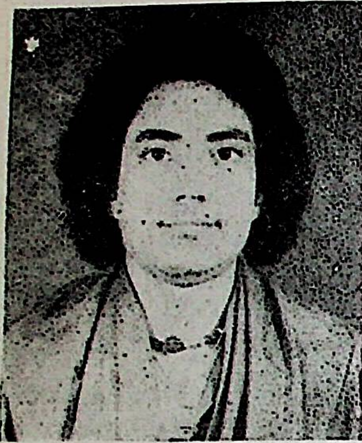
सम्पादक—"योग पत्रिका" 8/3, रूप नगर दिल्ली-7

स्वनाम धन्य पंडित रविनाथ अवस्थी (स्वामी केशवानन्द सरस्वती) के पुत्र डाक्टर ब्रह्म मित्र अवस्थी का जन्म उन्नाव जिले के करोवन ग्राम में हुआ था। गुरुकुल महा विद्यालय अयोध्या में शिक्षा प्राप्त करने के अनन्तर आप सर्वप्रथम वहीं अध्यापक नियुक्त होकर कार्यक्षेत्र में अवतीर्ण हुए। अध्ययन अध्यापन में सहज प्रवृति होने के कारण आप ने अध्यापन कार्य करते हुए ही, साहित्याचार्य, सांख्ययोगाचार्य, साहित्य रत्न, एम० ए० आदि परीक्षाओं को प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण किया है। साथ ही काव्य शास्त्र में लखनऊ विश्वविद्यालय में पी० एच० डी० की उपाधि प्राप्त की है। संस्कृत, हिन्दी, अंग्रेजी के अतिरिक्त आपने पालि एवं सिंहली भाषा एवं साहित्य का गहन अध्ययन किया है, तथा दोनों भाषाओं के एक-एक काव्य शास्त्रीय ग्रंथ (सुबोधालंकार एवं सियबसलकर) का संस्कृत एवं हिन्दी में अनुवाद करके प्रकाशित किया है। काव्य शास्त्र तथा भारतीय दर्शन की प्रायः सभी शाखाओं का आपका गहन अध्ययन है। आपके साहित्य दर्शन शास्त्र विषय उन्तीस (29) महत्त्वपूर्ण ग्रंथ प्रकाशित हैं, जिनमें कई एक विविध विश्वविद्यालय में संस्कृत एवं दर्शन विषय में एम० ए० पाठ्यक्रम में संस्तुत हैं। अपनी विद्वत्ता के कारण ही आपको महामहोपाध्याय उपाधि से भी सम्मानित किया गया है।

आप गंगानाथ झा केन्द्रीय शोध संस्थान के दो वर्ष तक कार्यकारी प्राचार्य तथा गंगानाथ झा रिसर्च जनरल इलाहाबाद एवं शोध प्रभा दिल्ली के सम्पादक भी रहे हैं। सम्प्रति आप लाल बहादुर शास्त्रीय के० संस्कृत विद्यापीठ में प्रोफेसर एवं शोध विभाग के अध्यक्ष हैं। साथ ही स्वामी केशवानन्द के प्रधान ट्रस्टी एवं अवैतनिक निदेशक तथा स्वामी केशवानन्द योग पत्रिका के प्रधानसम्पादक हैं।

आपने अपने पूज्य पिताजी से बाल्यकाल में ही योग विद्या सीखी है तथा एक सिद्ध योगी हैं। आल इण्डिया ओरिएन्टल कान्फ्रेंस, इण्डियन फिलासफिकल कांग्रेस, अखिल भारतीय दर्शन परिषद के महा अधिवेशनों में अनेक बार विभागीय अध्यक्ष रहे हैं तथा तीनों ही संस्थाओं के लम्बे समय से कार्यकारिणी के सदस्य भी है। आप विश्व योग सम्मेलन लोनावाला, पूणा में भी विभागीय अध्यक्ष रहे है। आपने पूज्य पिताजी से बाल्यावस्था में ही योग साधना में दीक्षित साधक एवं विविध प्रकार की सिद्धियों के स्वामी भी है। न केवल दार्शनिक विद्वानों के मध्य बल्कि अध्यात्मिक सिद्ध संतों के मध्य भी आपको स्नेह और सम्मान प्राप्त है। आपने भारत के अतिरिक्त इंग्लैंड, अमेरिका, कनाडा, गुयाना, सुरीनाम, ट्रिनीडाड, फीजी, न्यूजीलेंड, आस्ट्रेलिया आदि देशों में योग विद्या का प्रचार किया है, एवं उन देशों में आपके अनेक भक्त एवं शिष्य कार्यरत हैं।

स्वामी विद्यानन्द



संचालक—"काया कल्प केन्द्र" मौर्या होटल नई दिल्ली

कार्य स्थल : बॉडी एण्ड माइण्ड टेम्पल, कायाकल्प। हेल्थ सेंटर, मौर्याशेरटन, नई दिल्ली-110021

निवासस्थान : 77 सत्यनिकेतन, बेनीतोहुआरेज रोड़, नई दिल्ली-110021

जन्म : 22-11-58 स्थान दतिया (म० प्र०)। पिता श्री आचार्य विश्वास के संरक्षण में पालन-पोषण। आचार्य विश्वास वेद, उपनिषद्, गीता, रामायण के प्रसिद्ध भारतीय विद्वान हैं।

समझ विकसित होते ही शांती और आनन्द कैसे उपलब्ध हो खोज शुरू। छोटी अवस्था में शादी सम्पन्न।

राष्ट्रगुरु 1008 स्वामी बलखंडी जी महाराज पीताम्बरापीठ दतिया के सत्संग से आध्यात्मिक, शांती, आनन्द महसूस।

परमहंस स्वामी सत्यानन्दजी मुंगेर से योग के अनेक पहलुओं से परिचय प्राप्त।

सक्रियता : फरवरी 1981 में योग केन्द्र मॉडलटाउन जालन्धर की स्थापना, योग प्रचार शेरे पंजाब में प्रारम्भ। 1982, जुलाई से 'योग साधना', टी० वी० सीरीयल प्रारम्भ। वर्तमान में जारी है। 1984 जुलाई दिल्ली में काया-कल्प। हेल्थ केन्द्र मौर्या शेरटन में 'योग एवं ध्यान' बॉडी एण्ड माइण्ड टेम्पल में प्रारम्भ। 1985 मार्च में भारत सरकार के सहयोग से अन्तर्राष्ट्रीय व्यापारिक मेले J.I.B 85 बर्लिन (प० जर्मनी) में भारतीय संस्कृति का प्रतिनिधित्व। योग एवं ध्यान पर दस दिन तक प्रोग्राम।

विशेषता : ० योगिक ध्यान की ऐसी विधि विकसित जिससे मानसिक आशांती 7 दिन से 30 दिन के मध्य पूर्ण मुक्ति। साथ-साथ बुद्धिमान होना जरूरी है।

० चेतन मन की शक्तियों को किस प्रकार इस्तेमाल किया जाये जिससे शान्ति और आनन्द अनुभव हो थकान अनुभव ही न हो चाहे कितना ही शारीरिक एवं मानसिक परिश्रम किया जाये। व्यक्ति हमेशा विश्राम में रहे, ताजा रहे, शक्ति से भरा रहे, दूसरा अनुभव साथ-साथ से मात्र सात दिन में होगा।

० अवचेतन मन की शक्तियों से कैसे जगाया जाये और उनका प्रयोग शांती और आनन्द की दिशा में किस प्रकार से किया जाये। दूसरा अनुभव मात्र कुछ दिनों में साधक को होगा।

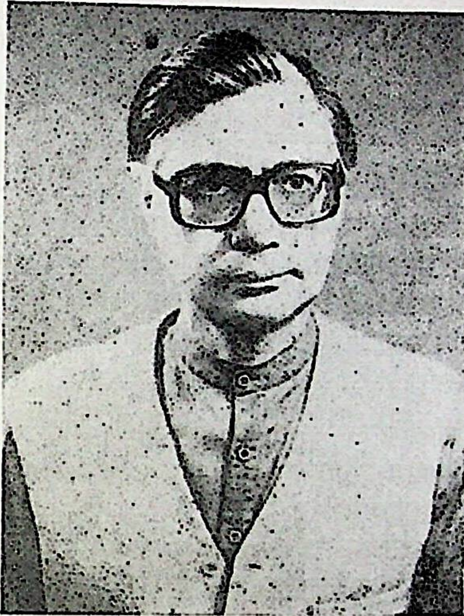
स्वामी विद्यानन्दजी ने अपने अनुभवों से ध्यान की जो विधियाँ विकसित की हैं मात्र 1 घण्टे में उसका अनुभव कोई भी साधक कर सकता है। हल्कापन, शांती उसी वक्त पूर्णरूप से अनुभव कर सकता है।

सिद्ध जसनाथ

सिद्ध योगिराज जसनाथ को अमरकाय देहसिद्ध योगेश्वर गोरखनाथजी ने प्रत्यक्ष दर्शन देकर धन्य किया था। जसनाथ विक्रमीय सोलहवीं शती के प्रसिद्ध योगसिद्धों में परिगणित हैं। वे बाल्यावस्था में ऊँटनियों को चराया करते थे। एक दिन प्रातःकाल योगमूर्ति गोरखनाथ ने उन्हें दर्शन देकर योगदीक्षा दी। जसनाथ ने गोरखनाथजी की आज्ञा से अपनी छड़ी जमीन में गाड़ दी और वहीं साधना करने लगे। यह स्थान नाथतीर्थों में विशिष्ट स्थान रखता है। यह गोरख मालिया कहलाता है। सिद्ध जसनाथ का उपदेश है कि सत्यमय संयमित जीवन अपनाना चाहिये। असत्य नहीं बोलना चाहिये। अपनी शरीररूपी पुस्तक में मन रूपी लेखनी से परमात्मा का चरित अंकन करना चाहिये। उनकी वाणी है :

जत सत रैणा कूड़न कैणा जोग तणी सहनाणी।
मन कर लेखण तण कर पोथी हर गुण लिखो पिराणी॥
अभी चवै मुख इमरत बोलै, हालो गुरु फरमाणी॥

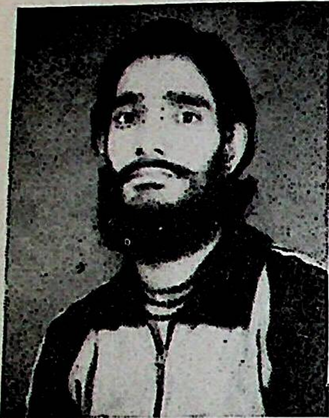
दयानन्द वर्मा



जन्म : 1931, मुल्तान (पाकिस्तान)।
मातृ भाषा : पंजाबी की उपभाषा 'मुल्तानी'।
अन्य भाषा : हिन्दी, उर्दू, पंजाबी, अंग्रेजी।
शिक्षा : घर पर।
लेखन : मनोविज्ञान सम्बन्धी तीन पुस्तकें, एक उपन्यास तथा एक यूरोप का यात्रा विवरण। इनमें 'यौन व्यवहार अनुशीलन' में काम सम्बन्धी नया सिद्धान्त प्रस्तुत किया गया है। इन पुस्तकों में कुछ उर्दू, पंजाबी मराठी तथा अंग्रेजी में अनुवादित हुई हैं। यात्रा विवरण पर भाषा विभाग पंजाब से प्रथम पुरस्कार मिला है। साहित्य तथा पुस्तक उद्योग से सम्बन्धित कई वार्ताएँ प्रकाशित प्रसारित होती रही हैं।
सम्पादन : प्रकाशितमन (वैचारिक तथा आध्यात्मिक पत्रिका) 1974 से 1984 तक।
रुचि : पर्यटन और अध्ययन।
अन्य : संस्थापक सदस्य : पंजाबी पुस्तक भण्डार, हिन्दी बुक सैण्टर, डायमण्ड पॉकेट बुक्स, स्टार पब्लिकेशन्ज किन्तु अब सभी से मुक्त। भारत सरकार के नेशनल बुक डेवलपमेन्ट काउंसिल के सदस्य और अखिल भारतीय हिन्दी प्रकाशक संघ के अध्यक्ष रहे हैं तथा अद्यतन 'प्रकाशितमन ट्रस्ट' के चेयरमैन एवं मनःकाया अनुसंधान केन्द्र के निदेशक हैं।
स्थायी पता : W-21 ग्रेटर कैलाश-I, नयी दिल्ली-110048।

समत्व में स्थिति

महाराज बिम्बसार को नींद नहीं आ रही थी। तीर्थंकर महावीर स्वामी ने स्पष्ट शब्दों में कह दिया था कि उन्हें नरक जाना पड़ेगा। नरक की कल्पना से महाराज काँप उठे। उन्होंने निश्चय किया कि चाहे कुछ भी हो, मैं नरक से भाग निकलूँगा, मेरे पास साम्राज्य है, कोष है। मेरे लिए स्वर्ग किस तरह दुर्लभ रहेगा? दूसरे दिन वे महावीर स्वामी के चरणों में सवेरे-सवेरे ही उपस्थित हुए, प्रार्थना की कि हे प्रभो! मेरा समस्त कोष और सम्पूर्ण राज्य श्रीचरणों में समर्पित है। नरक से उद्धार कर मुझे मुक्त कीजिए। तीर्थंकर के अधरों पर स्मित रेखा उभर आयी, उन्होंने देख लिया कि अहं ने ही यह रूप धारण किया है कि मैं दान करूँगा, यह अहंकार जहाँ है, वहाँ मोक्ष कहाँ? महाराज को आदेश हुआ कि अपने राज्य के पुण्य नामक सामयिक से मिलें। महाराज ने श्रावक के पास पहुँचकर उनका सत्कार किया। कहा कि श्रावक! मैं याचना करने आया हूँ, आप जो माँगेंगे मैं दूंगा, लेकिन आप मुझे निराश मत कीजिएगा। महाराज की माँग सुनकर श्रावक ने कहा कि सामयिक तो समता का नाम है। राग-द्वेष की विषमता को मन से हटा देना ही सामयिक है। यह कोई किसी को दे सकता है क्या? आप उसे खरीदना चाहते हैं, सम्राट होने के कारण अहंकार का त्याग किये बिना आप उसे उपलब्ध कैसे कर सकते हैं? महाराज सामयिक खरीद तो नहीं सके पर उसको प्राप्त करने का रहस्य समझ गये कि समत्व में स्थित होने पर उन्हें कोई मुक्त करे, इसकी अपेक्षा ही कहाँ रह गयी।



योगीराज रणवीर जी

नाम : रनवीरसिंह ।

पिता का नाम : श्री पीतमसिंह ।

जन्म तिथी : 30 जून, 1959 ।

स्थानीय पता : A-10, लाइन न० 9, डी० सी० एम० कालोनी, किशनगंज—दिल्ली-110006

शैक्षणिक योग्यता : मेरा जन्म गाँव रमाला जिला मेरठ में हुआ था। योग करना मुझे मेरे दादाजी से विरासत में मिला हुआ है। 7-8 साल की आयु में ही उन्होंने मुझे योगासन, प्राणायाम की क्रियाएँ आदि का अभ्यास शुरू करवा दिया था। इसके पश्चात् मैंने विश्वायातन योगाश्रम प्रशिक्षण केन्द्र कटड़ा, जम्मू कश्मीर से योगा प्रशिक्षक का डिप्लोमा भी प्राप्त किया है।

अनुभव : मैं पिछले तीन साल से डी० सी० एम०, दिल्ली में योगा प्रशिक्षक के पद पर कार्यरत हूँ तथा यहाँ के योगा केन्द्र में कई प्रशिक्षण शिविरों का सफल संचालन भी किया है।

मुक्ति का अनुभव

वलख के बादशाह इब्राहीम ने राजसिंहासन का परित्याग कर दिया, उन्होंने शाही पोशाक उतारकर ऊनी वस्त्र धारण कर लिया, जिससे शरीर ढका रहे, अपनी राज्य-सीमा से वाहर निकल कर सीरिया में भ्रमण करने लगे, वे बागवानी करके अपनी जीविका चलाते और मेहनत-मजदूरी करते हुए परमेश्वर के चिन्तन में लगे रहते थे। यह पूछे जाने पर कि आप जनसम्पर्क से क्यों दूर रहते हैं, हजरत इब्राहीम ने कहा कि मैं अपने दीन-धर्म को हृदय में छिपाए हुए इधर-उधर घूमता रहता हूँ, जिससे मुझे लोग समझते हैं कि मैं ऊँट हाँकने वाला हूँ या पागल हूँ। इससे मैं अपने धर्म—भगवत्प्रेम को शैतान के हाथ में पढ़ने से बचा लेता हूँ और मृत्यु के दरवाजे को पार कर मुक्ति का अनुभव करता हूँ।

[इनसाइक्लोपीडिया आफ इथिक एण्ड रेलीजन खण्ड 2]

आप औलिया हैं

अहमदाबाद के प्रसिद्ध संत सरयूदासजी महाराज एक बार रेलगाड़ी की तीसरी श्रेणी में बैठकर डाकोर जा रहे थे। गाड़ी में बड़ी भीड़ थी। कहीं तिल छींटने का भी अवकाश नहीं था। महाराज के पास ही बगल में एक हट्टा-कट्टा व्यक्ति बैठा हुआ था। व्रह महाराज की ओर अपने पैर बढ़ाकर बार-बार ठोकर मार रहा था। महाराज ने बड़े प्रेम से उसकी ओर देखते हुए कहा कि भाई, संकोच मत करो। दिखाओ, तुम्हारे पैर में किस स्थान पर पीड़ा हो रही है। तुम मेरी ओर पैर बढ़ाकर भी पीछे की ओर खींच लिया करते हो। मुझे एक बार तो सेवा का अवसर दो। मैं तो तुम्हारा ही सेवक हूँ। सरयूदास जी महाराज उसका पैर पकड़कर सहलाने लगे। महाराज उसकी ओर स्नेहकातर करुणाभरी दृष्टि से देख रहे थे। वह व्यक्ति शरमा गया, उसने महाराज के पैर पकड़ लिए और कहा कि आप औलिया हैं, सच्चे महात्मा हैं, क्षमा कीजिए। मुझसे बड़ी भूल हो गयी।



योगाचार्य शेषपाल

नाम : शेषपाल ।
पिता का नाम : शान्तिप्रकाश रस्तोगी ।
जन्म सन् : 1953, संवत् 2010 ।
योग प्रवेश : सन् 1969 ।
गृहस्थ प्रवेश : सन् 1979 ।
शिक्षा : बी० काम० सन् 1974 । आगरा विश्वविद्यालय, आगरा (उ० प्र०) ।
योग प्रेरक : चाचा जी, हरिओम रस्तोगी ।
वर्तमान : सह शिक्षा अधिकारी (शारी०), नई दिल्ली नगर निगम ।
संगठन मंत्री : विश्व योग प्रतिष्ठान (पंजीकृत) ।
स्टाफ मेम्बर : एकेडमी आफ योग एण्ड रिसर्च, भारतीय विद्या भवन, नई दिल्ली ।

1968 : ब्रह्म० सतगुरुदेव महेशानन्दजी गुदड़ी वाले, सोऽहम् आश्रम, वृन्दावन (उ० प्र०) से दीक्षा ।

1971 : स्वामी चिदानन्द जी महाराज, परमाध्यक्ष, दिव्य जीवन संघ द्वारा योग-आशीष प्रमाण-पत्र । योग वेदान्त आरण्य अकादमी, शिवानन्द आश्रम, ऋषिकेष (हिमालय) से सम्पर्क ।

1972 : ब्रह्म० योगाचार्य ध्यानधर-साधना निकेतन योगाश्रम, दिल्ली का मार्गदर्शन ।

1976 : योग टीचरत ट्रेनिंग सेण्टर, कटरा वैष्णों देवी एवं मानतलाई (जम्मू-काश्मीर से सर्वाधिक अंकों सहित प्रमाणपत्र ।)

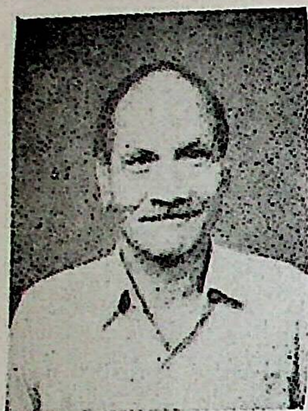
1978 : वैज्ञानिक योग के जनक श्री योगेन्द्र जी का योग-आशीष । डा० जयदेव योगेन्द्र जी का योग-निर्देशन । सन् 1918 से संस्थापित इण्टरनेशनल बोर्ड आफ योग—दि योग इन्स्टीट्यूट, सान्ताक्रूज (ईस्ट) वम्बई में योग शिक्षा से उन्नत जीवन पाठ्यक्रम का अध्ययन ।

पं० शम्भूनाथ जी—कोर्स डॉयरेक्टर, एकेडमी आफ योग एण्ड रिसर्च, भारतीय विद्याभवन, नई दिल्ली का सान्निध्य प्राप्त ।

गौरक्ष पीठाधीश्वर महन्त अवैद्यनाथ जी गोरक्षपीठ, गोरखपुर (उ० प्र०) का योग-आशीष ।
पीताम्बर पीठाधीश्वर ब्रह्म० पीताम्बरापीठ जी महाराज, दतिया (म० प्र०) का अखण्ड-आशीष ।
योगीराज चन्द्रमोहन जी महाराज, सिद्ध गुफा, संवाई आगरा (उ० प्र०) का योग-आशीष ।
देश की विभिन्न योग संस्थाओं, योगाचार्यों, योग शिक्षकों से सम्पर्क तथा योग क्षेत्र में प्रचलित विभिन्न योग पाठ्यक्रमों की 77 समीक्षा ।

सम्पर्क सूत्र : योगाचार्य डा० विद्यासागर अवस्थी, 128/7 डी, भोला भवन, किदवई नगर, कानपुर ।

योगाचार्य डा० केशरी नारायण



बनारस

काशी के एक संभ्रान्त (जमींदार) सारस्वत ब्राह्मण परिवार में स्व० श्री मुरलीधर वैद्य के पुत्र केशरी नारायण वैद्य का जन्म 16 मार्च, 1921 में हुआ था और अब वे 65 वर्ष पूर्ण कर चुके हैं।

राष्ट्रीय कार्य में रूचि, सामाजिक कार्य में रूचि तथा स्वाध्याय पठन-पाठन। उत्तरदायित्व का विवेकपूर्ण निर्वाह। यह पैतृक गुण उनकी माता दुर्गादेवी तथा पिता से मिला।

काशी हिन्दू विश्वविद्यालय से (1) एडमिशन (मैट्रिक) 1939, (2) एम० एस० सी० 1944, (3) एल० एल-बी० प्रथम श्रेणी 1943, (4) शिक्षा शास्त्र बी० एड० 1955, (5) हिन्दी साहित्य सम्मेलन विशारद 1957, (6) प्राकृतिक चिकित्सा वाई० ए० एम० एस० 1983।

शिक्षक के रूप में सम्पूर्ण जीवन-सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय के विज्ञान विभाग में वर्ष 1963 से अवकाश प्राप्त किया 1981। अवकाश प्राप्त करने के उपरान्त काशी विद्यापीठ में प्राकृतिक चिकित्सा के प्रवक्ता तथा नया डिप्लोमा पाठ्क्रम का श्रीगणेश (शुभारम्भ)।

पुस्तक प्रकाशन लेखक के रूप में अनेक पत्र-पत्रिकाओं में सहयोग, दैनिक आज के सम्पादकीय विभाग में वर्ष 1957।

क्रीड़ा के क्षेत्र में—स्काउटिंग प्रशिक्षक, योग कोच उत्तर प्रदेशीय स्तर का कार्यभार निर्वाह प्राकृतिक चिकित्सा क्षेत्र में कार्य का व्यावहारिक अनुभव।

परिवार में 5 पुत्र तथा दो पुत्रियाँ हैं। पत्नी का स्वर्गवास 1982 में काशी में हुआ।

परम कैवल्य

जीवात्मा और परमात्मा की स्वव्यापकता—अभिन्नता सहज सिद्ध है। यद्यपि दोनों स्वरूपस्थ सच्चिदानन्दतत्व हैं, तथापि देश-काल के भेद से जीव की अकिंचनता अथवा लघुता और परमात्मा की सर्वसम्पन्नता अथवा महनीयता तब तक एक-दूसरे की दूरी अथवा भिन्नता के कारण हैं, जब तक जीवात्मा अपने आपको पाँचभौतिक तत्वगत स्थूल (नश्वर) शरीर, सूक्ष्म-शरीर, कारण-शरीर और महाकारण से परे आत्मबोध के माध्यम से परमात्मा की व्यापक महनीयता की शरणागति नहीं स्वीकार कर लेता है। परमात्मा के पद में शरणागति ही जीवात्मा का संसार-बन्धन से मोक्ष है, ऐसा करते ही वह अभय, स्वाधीन और निष्प्रपंच हो जाता है। परमात्मा सर्वव्यापक हैं, उससे कल्पित, स्वीकृत अथवा मानी गयी दूरी या निकटता से उसकी व्यापकता में विकार नहीं आता है। जीवात्मा को सदा स्मरण रहना चाहिए कि मेरा अस्तित्व परमात्मा में है अथवा परमात्मा है। यही आस्तिकता की अमोघ कसौटी है। ऐसा सोचना ज्ञानी के लिए मुक्ति, प्रेमी अथवा उपासक के लिए भक्ति और कर्मयोगी के लिए योगसिद्धि है, शक्ति-प्राप्ति है, यही परमकैवल्य है। परमात्मा सत्स्वरूप है, असत् का चिन्तन जीवात्मा और परमात्मा के बीच परदा है।



योगी सोनकर

वाराणसी

काशी के एक सोनकर परिवार में 16 फरवरी 1944 को श्री ज्ञानीराम के पुत्र के रूप में श्री मिठाईलाल का जन्म हुआ। बचपन के 11 साल की आयु से ही आपकी योग की ओर रुचि हुई। आपने स्वामी सुखानन्दजी से योगासनों की शिक्षा प्राप्त की। लगभग 20 वर्ष आप आसनों का अभ्यास करते रहे।

सन् 1976 से आप अपने ज्ञान और अनुभव का जनता के कल्याण के लिये वितरण कर रहे हैं। आपको स्वर्गीय पण्डित राजनारायण शास्त्री ने 'योगाचार्य' की उपाधि प्रदान की थी।

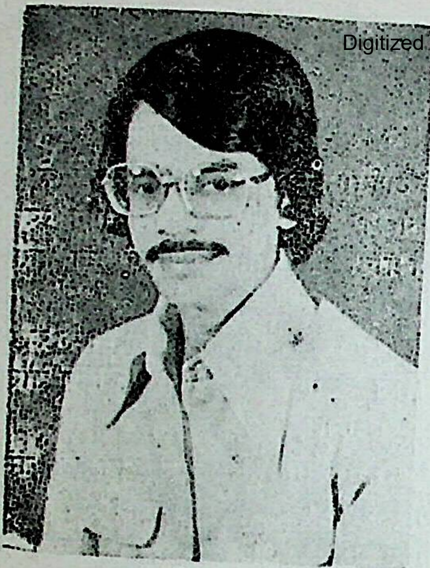
सन् 1977 में आपने **श्री योग प्रशिक्षण आश्रम** नाम की संस्था खोलकर उसका संचालन आरम्भ किया है। योगासन-प्रशिक्षण के लिये आप स्थान-स्थान पर शिविरों का संचालन करने के लिये जाते हैं। पुस्तक के अन्त में दिए हुए चित्रों से उसका अनुमान हो सकता है। कितनी ही सरकारी अर्द्ध-सरकारी संस्थाएँ समय-समय पर आपको बुलाकर योगासनों का प्रशिक्षण दिलाती हैं।

देश-विदेश में योग-शिक्षक के रूप में श्री सोनकर की अच्छी ख्याति है। जापान, न्यूज़ीलेंड, स्वीडन, आस्ट्रेलिया, स्पेन, बंगलादेश आदि से अनेक जिज्ञासु आपके पास आये हैं और लगातार आते रहते हैं। जापान के योग शिक्षक आप के कोई 400 योगासन-चित्र ले गये और जापानी योग पुस्तक में उन्हें छापा है। एवरेस्ट विजेता—सर एडमण्ड हिलारी जब अपनी 'सागर से आकाश' की यात्रा पर आये थे तो आपसे मिलकर अत्यन्त प्रसन्न हुए। वे भी आपके योगासन करते हुए अनेक छाया-चित्र ले गये।

श्री सोनकर की पत्नी, पुत्र गणेश और पुत्री मीरा की भी योगासनों में गहरी रुचि है। इस प्रकार पूरा सोन कर परिवार योगासनों के प्रचार द्वारा जनता की उत्तम सेवा कर रहा है।

संत की कृपा-दृष्टि

ग्यारहवीं शताब्दी के दूसरे चरण की बात है। सम्राट् हेनरी द्वितीय कुछ दिनों के लिए इटली गये थे। उन दिनों संत रोमाल्ड की चारों ओर प्रसिद्धि थी। वे मौन रहते थे। सम्राट् ने उन्हें अपनी राजसभा में पधारने का आमन्त्रण दिया। संत ने जाना अस्वीकार कर दिया, परन्तु कुछ शिष्यों के आग्रह और विनय से वे राजसभा में गये। सम्राट् सहित सारे सभासद् उनके सम्मान में उठ खड़े हुए। उनके आसन-ग्रहण करने पर सारी सभा में दिव्य शान्ति प्रकाशित थी। सम्राट ने अभिवादन करते हुए निवेदन किया कि मेरी सबसे बड़ी इच्छा यही है कि मेरा जीवन आपके ही जीवन की तरह भगवान के चरण-देश में समर्पित हो जाए। संत मौन थे, पर उन्होंने कृपा-दृष्टि से सम्राट को धन्य किया। सम्राट ने सोचा कि संत का मौन मेरी प्रार्थना की स्वीकृति का प्रतीक है। उस मौन में ऐसी सहज दिव्यता और पवित्रता थी कि सम्राट के मन में यह कल्पना भी न आयी कि संत ने मेरी उपेक्षा की हो, उनके निर्मल और पवित्र हृदय ने संत के मौन का वास्तविक महत्व समझा और संत की कृपादृष्टि मात्र से राजमद से अप्रभावित सम्राट का हृदय भगवत्प्रेम से परिपूर्ण हो उठा।



योगी डा० राजीव शर्मा

करपात्री योग संस्थान वाराणसी

वाराणसी में सुप्रसिद्ध दाक्षिणात्य परिवार में जन्म। संस्कृत जगत् के जाने-माने मूर्धन्य विद्वान् स्वर्गीय पंडित रामजीशास्त्री द्रविड़ के पुत्र होने का गौरव प्राप्त। प्रारम्भ से ही घर में अध्ययन-अध्यापन का वातावरण होने के कारण उसका प्रभाव मुझ पर भी पड़ा और सात वर्ष की अवस्था में यज्ञोपवीत-संस्कार हो जाने के पश्चात् स्वर्गीय पिताश्री के सान्निध्य में वीरेश्वर पाठशाला में परम्परागत रूप से वेद और संस्कृत का अध्ययन प्रारम्भ किया। इसके साथ-साथ आधुनिक विषयों का भी अध्ययन जारी रखा था। इसके पश्चात् काशी विश्वविद्यालय और अन्य प्रमुख शैक्षणिक-संस्थानों से हिन्दी, संस्कृत, आयुर्वेद एवं योग-विषयक उच्च उपाधि परीक्षाएँ उत्तीर्ण किया। आयुर्वेद एवं योग के क्षेत्र में देश के मूर्धन्य चिकित्साशास्त्र के विद्वान आदरणीय पद्मश्री डा० के० नरसिंह उडप्पा, डा० रामहर्ष सिंह, योगाचार्य हंसराज जी, योगाचार्य एम० शेट्टिवार तथा आचार्य डा० स्वामी गीतानन्द जी आदि प्रख्यात विद्वानों के सान्निध्य एवं निर्देशन में अध्ययन एवं अनुसंधान करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

देश के विभिन्न विश्वविद्यालयों एवं योग-संस्थानों में आयोजित योग सम्मेलनों में भाग लेकर शोध-पत्र प्रस्तुत किया। मेरे शोध पत्रों एवं निबंधों का देश-विदेश के प्रमुख विद्वत्-मण्डली ने उचित मूल्यांकन भी किया है। 1983 में काशी विद्यापीठ विश्वविद्यालय में 'योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा विभाग' के खुलने पर तत् विभाग के प्रभारी अध्यक्ष डा० नरेन्द्र तिवारी के विशेष आमंत्रण पर वहाँ योग का अध्यापन कार्य प्रारम्भ किया। सम्प्रति उस विभाग में 'यौगिक अनुसंधान प्रयोगशाला' की स्थापना के लिए क्रियाशील हूँ। इसके साथ ही प्राच्य विधाओं के समुचित अध्ययन व अनुसंधान हेतु काशी में एक वैदिक विद्यापीठ की स्थापना के लिए भी प्रयत्नशील। सन् 1984-85 में अमेरिका के 'इण्टरनेशनल स्कूल आफ अमेरिका' के शैक्षणिक दौरे पर वाराणसी में आये विद्यार्थियों को एक माह तक योग का प्रशिक्षण दिया और अध्यापन कार्य किया। एम० आई० टी० (अमेरिका) की एक प्रतिभाशाली छात्रा ने वाराणसी में मेरे निर्देशन में योग विषयक शोध-परियोजना हेतु कार्य किया, जिसे काफी सराहा गया। इसके अलावा कुछ अन्य प्रमुख विदेशी-विद्वानों ने भी योग के क्षेत्र में मुझसे बौद्धिक सहयोग लिया है। देश-विदेश की प्रमुख योगसंस्थानों एवं विश्वविद्यालयों के योग-विभाग ने अपनी-अपनी समितियों में विशिष्ट सदस्यता प्रदान की है। कई उच्चकोटि के शोध-पत्र एवं निबन्ध प्रमुख शोध-पत्रिकाओं एवं अन्य पत्रिकाओं में प्रकाशित हैं। कुछ प्रकाशनाधीन हैं। योग एवं आयुर्वेद के विकास तथा इस क्षेत्र में उच्चकोटि की पुस्तकों की रचना-निर्माण में सतत् क्रियाशील हूँ। कुछ प्रमुख विद्वानों के साथ काशी में एक उच्चकोटि के संस्थान की स्थापना का लक्ष्य है, जहाँ योग एवं आयुर्वेद के साथ-साथ अन्य भारतीय चिकित्सा पद्धतियों के माध्यम से सर्वांगीण स्वास्थ्य रक्षा का कार्य हो सके और इस दिशा में व्यापक और उपयोगी अनुसंधान-कार्य को प्रश्रय मिले।



संक्षिप्त परिचय

श्री स्वामी दिव्यानन्द जी सरस्वती

जन्म—स्वामी दिव्यानंद जी सरस्वती का जन्म अप्रैल सन् 1939 में हुआ। आपके पिता का नाम श्री नाथूराम जी आर्य एवं पूज्या माता द्रोपदी जी हैं। आपका बाल्यावस्था का नाम आज्ञाराम था।

बाल्यावस्था से भक्ति भावना—लगभग 12-13 वर्ष की अवस्था से पूज्य पिताजी को देखकर साधना में बैठने की उत्कण्ठा जागृत हुई। धीरे-धीरे यह भावना परिपक्व होती रही।

वैराग्य एवं गृहत्याग—जब विरक्त भावना में परिवर्धन हुआ तो सितम्बर 1959 में इण्टर द्वितीय वर्ष में पढ़ते हुए मोहपाश को तोड़कर गृह त्याग दिया। 11 मास के लगभग गुरुकुल चित्तौड़गढ़ (राजस्थान) में संस्कृत व्याकरण का प्रारम्भिक ज्ञान प्राप्त किया तथा अध्यापन भी करते रहे। पुनः 4 मास गुरुकुल नोनेर मैनपुरी में श्री शंकरदेव गुरूजी से व्याकरण की प्रथमावृत्ति का अध्ययन किया। अनुकूलता न होने पर गुरुकुल झज्जर में प्रवेश लिया और नाम ब्रह्मचारी योगेन्द्र पुरुपार्थी स्वीकार किया।

गुरुकुल झज्जर में 3 वर्ष में संस्कृत व्याकरण का ज्ञान एवं साहित्य का पठन-पाठन किया। पुनः निरुक्त-दर्शन छन्दाशास्त्र वेदादि का अध्ययन किया। नित्य साधना का क्रम भी निरन्तर चलाते रहे।

नैष्ठिक ब्रह्मचर्य दीक्षा—श्रावणी सन् 1964 को ब्रह्मचर्य की दीक्षा तत्कालीन आचार्य भगवानदेव वर्तमान स्वामी ओमानंद जी से ग्रहण की।

अध्यापन—सन् 1966 से गुरुकुल झज्जर में अध्यापन संस्कृत-व्याकरण, साहित्य, निरुक्त, छन्दशास्त्र आदि विषयों का सफलतापूर्वक किया। लगभग 2 वर्ष प्रधानाध्यापक का कार्य सम्भाला।

गुरुकुल कालवा में—सन् 1969 से 70 में 2 वर्ष कालवा में अध्यापन तथा प्रचार कार्य किया।

गुरुकुल कांगड़ी में शिक्षा—सन् 1973-74 में गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय से वेद तथा दर्शनशास्त्र विषय से एम० ए० प्रथम श्रेणी से उत्तीर्ण किया किया।

योग पर शोध कार्य—अभी तक विचारधारा सभी पठनीय विषयों में बिखरी रही। शोधकार्य करने पर वेद-दर्शन उपनिषद् आदि के अध्ययन से योग विषयक रुचि का परिवर्धन हुआ। 6 वर्ष लगाकर सन् 1981 में 'वैदिक संहिताओं में योग तत्त्व' विषय पर शोध प्रबन्ध प्रस्तुत किया जिस पर 1982 में पी-एच० डी० की उपाधि प्राप्त की।

योगधाम में योगशिविर—स्वामी सच्चिदानंद सरस्वती योगी योगधाम में प्रतिवर्ष से ध्यान योग शिविर का आयोजन करते रहे हैं। उनमें निरन्तर सम्मिलित होने से एवं अध्ययन होने से योग की जिज्ञासा एवं क्रियान्वित करने की उत्कण्ठा निरन्तर प्रखर होती गई।

गंगोत्री में शिविर का आयोजन—25 दिन का रहा। कलकत्ता, सिलीगुड़ी, तपोवन आश्रम देहरादून, ज्ञानोदय भवन, सिरसागंज, साधनाश्रम फर्रुखाबाद, तपोभूमि मथुरा, केवलानंद निगमाश्रम बिजनौर, गुरुकुल सिंहपुरा, आबूपर्वत, बयाना, भरतपुर, गुरुकुल आर्य नगर हिसार, आर्य समाज रिहाड़ी कालोनी जम्मू, मसूरी आदि स्थानों पर शिविर आयोजन किया। इति।

सच्चे गृहस्थी योगी

श्री रामेश्वरदास जो

अध्यक्ष—"धर्म भवन" साऊथ एक्सटेंशन पार्ट 1 नई दिल्ली

सच्चे गृहस्थी योगी—'श्री रामेश्वरदास गुप्त' एक ऐसे संतुलित व्यक्तित्व के स्वामी हैं, जो वैयक्तिक जीवन से उठकर सामाजिक जीवन की विभिन्न वाटिकाओं को अपने सहयोग से पुष्पित एवं पल्लवित करते रहते हैं। भौतिक जीवन में सफलता पाने के साथ-साथ आध्यात्मिक जीवन के आनन्द की अनुभूति प्राप्त करने में भी प्रयत्नशील रहते हैं। निर्धन एवम् धनिक दोनों प्रकार के वर्गों के लिए सम्मान के पात्र हैं। अपने बहुमुखी क्रियाकलाप, सामाजिक सेवाओं एवम् संतुलित व्यक्तित्व के कारण श्री रामेश्वरदास गुप्त विभिन्न क्षेत्रों में लोकप्रिय हैं।

आरम्भिक जीवन :

विक्रमी सम्वत् 1980 के 15 वैशाख की शुभ घड़ी के दिन दिल्ली के प्रसिद्ध उपनगर 'नरेला' में स्वर्गीय श्री लाला मौजीरामजी के घर, माता श्रीमती महादेवी की कोख से बालक रामेश्वरदास का जन्म हुआ, पिता का आरम्भिक जीवन विद्यालय-शिक्षक और बाद में साधारण व्यापारी के रूप में बीता। पिता के दोनों व्यवसायों का प्रभाव बालक रामेश्वरदास के जीवन पर पड़ा। उन्होंने भावी जीवन में शैक्षणिक पुस्तकों का प्रकाशन कर शिक्षा और व्यापार दोनों का समन्वय कर दिखाया। माता की सहनशीलता और धार्मिक प्रवत्ति ने बालक रामेश्वरदास को सहनशील, विचारशील एवं धार्मिक क्षेत्र में भी पर्याप्त कार्य करने की प्रेरणा दी।

बालक रामेश्वरदास की शिक्षा नरेला में डिस्ट्रिक्ट बोर्ड के प्राइमरी स्कूल में आरम्भ हुई। शिक्षा का माध्यम उर्दू ही था। प्राइमरी स्कूल से चार कक्षाएँ उत्तीर्ण करने के बाद बालक रामेश्वर 'हेलीरफाय-आम हाई स्कूल' जिसे आज 'मुसद्दीलाल राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय' कहा जाता है, की पाँचवीं कक्षा में भर्ती हो गए। बालक रामेश्वर उर्दू और हिसाब में निपुण थे। इस छोटी कक्षा में भी निर्भीकता से भाषण करने तथा कविता लिखने और बोलने में इनको विशेष रुचि थी। शायद शिक्षक-सन्तान होने के नाते ये प्रवृत्तियाँ स्वतः आ गई हों। बालक रामेश्वर गरीबी के घोर अभिशाप के कारण, स्कूलीय शिक्षा केवल छठी कक्षा तक ही प्राप्त कर पाया। इसके पश्चात् इन्होंने नरेला के पास, नन्दीवाली धर्मशाला में, 'स्वामी नारायण दास जी', जो सन्यासी थे 'बहरे बाबा जी' कहलाते थे, से मुण्डी हिन्दी अर्थात् मुनीमी की शिक्षा आरम्भ कद

दी। 'पं० श्री चन्द जी' भी स्वामी जी के साथ पढ़ाते थे ! इन दोनों शिक्षकों की देख-रेख में बालक रामेश्वर मुनीमी में निपुण हो गया और सब बालकों से आगे जा निकला।

निर्धनता के कारण, गुप्ता जी की माता जी को, यह आशा ही नहीं थी कि उनके पुत्रों के विवाह भी हो सकेंगे। अतः माता जी ने सर्वश्री जगन्नाथ और रामेश्वरदास को रोटी बनाना भी सिखा दिया था।

मुनीमी सीखने के बाद बालक रामेश्वर नरेला मण्डी में एक दुकान पर व्यवहारिक मुनीमी सीखने लगा। यहाँ वे बनवारीलाल मुनीम से शिक्षा भी लेते थे और उनकी सेवा भी खूब करते थे। एक दिन तो रामेश्वर ने, पशुओं के लिए चारा काटते समय, अपना हाथ भी काट लिया था। नरेला से दिल्ली आकर इस बालक ने 'खारी बावली' में भी पर्याप्त मुनीमी का अभ्यास किया। इसके बाद 'चाँदनी चौक' में भी एक दुकान पर मुनीमी का अभ्यास करते रहे।

धार्मिक शिक्षा :

सामान्य शिक्षा के साथ-साथ श्री रामेश्वरदास को धार्मिक शिक्षा प्राप्त करने का सौभाग्य भी प्राप्त हुआ 'आचार्य भगवानदेव जी' जो आर्य समाज के क्षेत्र में वीतराग सन्यासी 'स्वामी ओमानन्द' के नाम से प्रसिद्ध हैं तथा 'स्वामी धर्मानन्द जी' के सम्पर्क में बालक रामेश्वर दास को आने का सौभाग्य सन् 1934-35 में प्राप्त हुआ था। बालक ने आर्यसमाज के सत्संग में एक भजन सुना—

हुआ ध्यान में ईश्वर के जो मगन,
उसे कोई क्लेश लगा न रहा।
जब ज्ञान की गंगा में नहाया तो,
मन का मैल जरा न रहा॥

इस भजन ने बालक के जीवन पर अपनी पक्की छाप छोड़ दी और आज भी श्री रामेश्वरदास गुप्त इस भजन की पंक्तियों को गुनगुनाते रहते हैं। 'आचार्य भगवान देव जी' के सम्पर्क में आने के बाद बालक रामेश्वर ने उनसे संध्या की पुस्तक पुराने दो पैसों में खरीद ली। एक दिन यह बालक संध्या की पुस्तक पढ़ रहा था, तभी चाचा जी (पिता जी) आ गये। वे आर्य समाजियों से घृणा करते थे। अतः आर्य समाज की संध्या-पुस्तक को पढ़ते देख, उन्हें क्रोध आ गया और बालक रामेश्वर के मुख पर, ऐसे जोर का चपेटा लगाया कि पाँचों उँगलियों की छाप गाल पर गड़ गई। परन्तु यह अन्तिम चपेटा था। इसके बाद चाचा जी ने कभी नहीं मारा।

श्री रामेश्वरदास आर्य समाज के क्रिया-कलापों में पर्याप्त रुचि लेने लगे थे। अतएव सन् 1947 ई० के लगभग ये नरेला आर्य समाज के उपमन्त्री पद पर कार्य करते रहे। धार्मिक क्षेत्र में रहकर ही इन्होंने कुछ हिन्दी का भी अभ्यास कर लिया।

रोटी कमाने के क्षेत्र में :

श्री रामेश्वरदास ने दिल्ली चाँदनी चौक में कटपीस की एक दुकान पर सन् 1938 में दस रुपये प्रति मास वेतन के आधार पर नौकरी का श्रीगणेश किया था। इस दुकान के स्वामी लाला सीताराम और उनके

परिवार के सदस्य रामेश्वरदास के कार्य और परिश्रम से बहुत ही संतुष्ट थे। परन्तु यह नौकरी एक मास ही कर पाये थे कि अपने बड़े भाई 'श्री जगन्नाथ जी गुप्ता' की प्रेरणा से श्री रामेश्वरदास ने, चर्खे वालान में 'श्री दीपचन्द जी' से जिल्दसाजी का काम सीखना आरम्भ कर दिया। कुछ महीनों में ही जिल्दसाजी के काम में भी श्री रामेश्वरदास निपुण हो गए।

सन् 1939 में नई दिल्ली के बेयर्ड रोड में, एक बराण्डे के कोने में, श्री रामेश्वरदास ने, अपने बड़े भाई श्री जगन्नाथ जी गुप्ता के साथ, अखबार वेचने और जिल्दसाजी करने का काम शुरू कर दिया। सवेरे अखबार बेचना और दिन में जिल्दें बांधना। यहीं से इनका प्रथम स्वतन्त्र व्यवसाय आरम्भ हुआ। यह काम इन्होंने 'आर०एस० ब्रादर्स' के नाम से आरम्भ किया था। अखवार बेचने एवं जिल्दसाजी से निर्वाह बहुत कठिनाई से चलता था।

सन् 1940 की बात है, श्री रामेश्वरदास कुछ अस्वस्थ थे। इसलिए वे जिल्दसाजी का काम, बहुत ढीले हाथों से कर रहे थे। भाई जगन्नाथ को उनके कष्ट का ज्ञान न था। कुछ क्रुद्ध होकर बोले—"यह घर का काम है, जिस तरह चाहो कर लो, किसी मिल की नौकरी करनी पड़े तो आटे दाल का भाव मालूम हो जावे।"

भाई के इन कठोर शब्दों को सुन श्री रामेश्वरदास ने मिल की नौकरी करने का ही संकल्प कर लिया, आखिर वहां भी तो काम करने वाले आदमी होते हैं।

मिल में नौकरी :

एक दिन समाचार-पत्र में "फैन्सी सिल्क एण्ड वीविंग मिल" में नौकरी का विज्ञापन पढ़, श्री रामेश्वर दास बिना भाई साहब को बताये ही, उस मिल में जा पहुँचे। मैनेजर से ज्यों ही गुप्ता जी मिले, उन्होंने कहा —'हम पन्द्रह रुपए माहवार देंगे। इस पर श्री गुप्ता ने कहा, हम 14 रुपए माहवार में काम करेंगे। इस पर मैनेजर महोदय ने कहा—'हमें काम लेना है, शक्ल नहीं देखनी।' उत्तर में इन्होंने भी कह दिया—'हम काम करने आए हैं, शक्ल दिखाने नहीं।' 15 रुपए मासिक वेतन पर कार्य आरम्भ कर दिया। मिल में अपनी कार्य कुशलता और लगन के कारण सभी अधिकारी इनसे प्रसन्न रहते थे।

इन्हीं दिनों कांग्रेस द्वारा स्वतन्त्रता आन्दोलन बराबर चलाया जा रहा था। कांग्रेस का बुलेटिन बांटना, एक महत्वपूर्ण एवं जोखिम का काम था। नरेला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष स्वामी स्वरूपा नन्द जी, ने श्री रामेश्वरदास को दिल्ली के सिविल लाइन क्षेत्र में, बुलेटिन बाँटने की जिम्मेदारी सौंपी। स्वामी जी की आज्ञानुसार श्री रामेश्वरदास गुप्त ने, सिविल लाइन्स में कांग्रेस का बुलेटिन बाँटना आरम्भ कर दिया। गुप्ता जी लगभग एक वर्ष तक, इस काम को इतनी चतुराई और गुप्त रीति से करते रहे कि खोज करने पर भी, पुलिस और सरकारी अधिकारी उन्हें पकड़ नहीं सके।

मिल की सेवा करते-करते श्री रामेश्वर दास गुप्त एक वार सख्त बीमार पड़ गए। एक महीने तक बिमारी ने पिण्ड नहीं छोड़ा। आखिर भाई श्री जगन्नाथ जी के कहने पर सन् 1942 के अन्त में, मिल की नौकरी से त्यागपत्र दे दिया। उस समय इन्हें पच्चीस रुपये मासिक वेतन मिलता था।

विवाह—सन् 1942 में ही श्री रामेश्वरदास गुप्त का विवाह लाला हरफूलसिंह की सुपुत्री 'कस्तूरी देवी' से 22 जुलाई को हुआ था। कौन जानता था कि श्रीमती कस्तूरी देवी जिस निर्धन का हाथ पकड़ रही हैं, वह एक दिन ऐश्वर्य के सुखद वातावरण का भी स्वामी बनेगा। श्रीमती कस्तूरी देवी ऐश्वर्य की सभी सामग्री प्राप्त करके भी एक सरल, सात्विक, धर्मनिष्ठ एवं उदार जीवन बिता रही हैं। इन दोनों की जोड़ी अपने सात्विक गुणों के कारण, सभी संकटों का हँसते-हँसते सामना करते हुए, उत्तरोत्तर प्रगति के पथ पर बढ़ती रही। इसका श्रेय पति को या पत्नी को, क्या कहा जाए। दोनों सदा एक दूसरे के पूरक रहे हैं।

श्रीमती कस्तूरी देवी से जो सन्तानें हुई, वे भी गुणवती हैं। इनमें सबसे बड़े 'श्री रामावतार गुप्त' हैं, जिनका जन्म सन् 1943 में हुआ। श्री रामावतार गुप्त पिछले पन्द्रह वर्ष से व्यापार में लगे हुए हैं।

इसके बाद उनकी पांच पुत्रियाँ और अन्त में सबसे छोटे पुत्र 'श्री अरुण कुमार गुप्त' हैं। श्री अरुण पिछले दो वर्ष से व्यापार को देखने के साथ-साथ अपना अध्ययन भी कर रहे हैं। सातों सन्तानें हर प्रकार से अच्छी और सुन्दर तो हैं ही साथ ही सुशिक्षित एवं विनम्र भी हैं।

पुस्तक विक्रेता के रूप में :

श्री जगन्नाथ जी के साथ जिल्दसाजी का कार्य सन् 1944 तक चलता रहा। 1944 के आरम्भ में रामेश्वर दास गुप्त, अपने बड़े भाई श्री जगन्नाथ गुप्त से अलग हो गए। उस समय इनके पास केवल पुरानी साईकिल ही थी और लगभग 700 रुपए के कर्जदार। पत्नी के पास केवल 100 रुपए थे। उन 100 रुपए में से 30 रुपए चाचा को एक महीने के खर्चे के रूप में एडवांस दे दिए। 70 रुपए से शिकंजा, कैंची, रापि आदि औजार और कुछ जिल्दसाजी का सामान खरीद लिया और 'रामेश्वरदास गुप्त एण्ड सन' के नाम से, बस्ती हरफूलसिंह में जिल्दसाजी का काम आरम्भ कर दिया। काम प्राप्त करने के लिए सरकारी कार्यालयों में दिन भर चक्कर लगाते थे और रात को काफी देर तक पति-पत्नी दोनों जिल्दें बनाते थे। इस प्रकार दिन-रात मेहनत करके कुछ ही दिनों में 700 रुपए का कर्जा उतार दिया, घर के खर्चे का काम भी चलने लगा।

सन् 1946 में गुप्ता पुस्तक भण्डार की करौलबाग से स्थापना हुई। 1947 के अन्त में श्री रामेश्वर दास भी, अपने छोटे भाई श्री घमन्डीलाल जी के साथ कार्य करने लगे। इस दुकान में पहले स्टेशनरी और पुरानी पुस्तकों का क्रय-विक्रय होता था। बाद में नई पुस्तकों का भी कार्य होने लगा। सन् 1948 से इस दुकान ने प्रकाशन का कार्य भी आरम्भ किया। नवम्बर 1949 में कुछ पुस्तकें दिल्ली टैक्स्ट बुक कमेटी में भी स्वीकृति के लिए भेजी गईं। वे सभी पुस्तकें सन् 1950 में स्वीकृत हो गईं। ये पुस्तकें 'बाल दैनिक विज्ञान' तथा 'नागरिक ज्ञान और जीवन कथाएँ' थीं। पुस्तकों के स्वीकृत हो जाने पर दोनों भाईयों का प्रोत्साहन बढ़ा और वे प्रकाशन के क्षेत्र में उत्तरोत्तर उन्नति करने लगे।

गुप्ता प्रकाशन का जन्म :

"आवश्यकता आविष्कार की जननी है" इस उक्ति के अनुसार श्री घमण्डीलाल गुप्त तथा श्री रामेश्वरदास गुप्त की आवश्यकताएँ भी बढ़ने लगी और महत्वाकांक्षाएँ भी। इसलिए दोनों भाई 1956 में अलग-अलग हो गए। दुकान की सम्पत्ति का बँटवारा कर लिया गया। बँटवारे के अनुसार श्री रामेश्वरदास

गुप्त को 9631 रु० 50 पैसे का माल मिला। इस माल के बदले में 8388 रु० के कर्ज की देनदारी भी रामेश्वरदास गुप्त के हिस्से में आई।

जब श्री रामेश्वरदास गुप्त ने अपनी फर्म 'गुप्ता प्रकाशन' का श्रीगणेश किया। इस प्रकार प्रकाशन के क्षेत्र में मान्यता प्राप्त इस 'गुप्ता प्रकाशन' का जन्म 2९ वर्ष पूर्व हुआ था। तब से लेकर आज तक 'गुप्ता प्रकाशन' श्री रामेश्वर दास गुप्त की देख-रेख में, बच्चों की शिक्षा से सम्बन्धित, कितनी ही पुस्तकें प्रकाशित कर चुका है और कर रहा है। अपने सुन्दर, महत्वपूर्ण एवं उपयोगी प्रकाशनों के कारण यह भारत के कोने-कोने में प्रसिद्धि प्राप्त कर चुका है।

जीवन के विभिन्न पहलू :

श्री रामेश्वर दास गुप्त ने किसी महाविद्यालय अथवा विश्वविद्यालय की कोई उपाधि प्राप्त नहीं की फिर भी अपने स्वाध्याय, लगन और रुचि के कारण, आपने अपने ज्ञान का चहुंमुखी विकास किया और प्रकाशन के साथ-साथ पुस्तकों के लिखने में भी कुशलता प्राप्त की।

श्री रामेश्वरदास गुप्त एजुकेशनल पब्लिशर्ज एसोसिएशन के संस्थापकों में से एक हैं। आप इस संस्था के उपमन्त्री, पुनः मंत्री तथा बाद में अध्यक्ष पद को सुशोभित कर इसकी श्री वृद्धि करते रहे हैं।

श्री रामेश्वरदास गुप्त के लिए धन जीवन का साधन है, साध्य नहीं। अतएव धन प्राप्त करके भी, वे सात्विक जीवन बिता रहे हैं। वे इस धन से अनेक उपकार के कार्य भी कर रहे हैं। उनके द्वारा चलाए हुए कुछ विशेष कार्य इस प्रकार से हैं :—

सन् 1956 में 'गुप्ता प्रकाशन' की स्थापना के अनन्तर आपने कितने ही, अन्य महत्वपूर्ण कार्य भी किए, जिनका विवरण इस प्रकार है :—

सन् 1960 में आपने रामारूण प्रकाशन की स्थापना की। यह प्रतिष्ठान भी छात्रों के लिए बहुत ही उपयोगी पुस्तकें प्रकाशित कर रहा है।

सन् 1962 में आपने कैम्ब्रिज पब्लिशिंग हाऊस की स्थापना कर शैक्षणिक प्रकाशन में एक कदम और आगे बढ़ाया। इसी वर्ष आपने रेहगड़पुरा, करौल बाग, नई दिल्ली में अपने आवास-स्थान का भी निर्माण किया, जो कि जीवन की एक आवश्यक महत्वाकांक्षा थी।

अब आपका ध्यान स्वार्थ से हट कर परोपकार के कार्यों की ओर गया। फलस्वरूप आपने सन् 1965 में 'रामेश्वरदास गुप्त धर्मार्थ ट्रष्ट' की स्थापना कर उपकार के कार्यों पर विशेष बल देना आरम्भ कर दिया।

1966 में नई दिल्ली के साउथ एक्सटैंशन, भाग एक, में एक विशाल भवन का निर्माण कर कार्यालय को करौलबाग से इस नए भवन में ले आए।

1967 में बच्चों के आदर्श शिक्षण के लिए 'अभिनव भारती स्कूल' की स्थापना की। इस विद्यालय ने शिक्षा के क्षेत्र में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। यह विद्यालय आज भी छोटे बच्चों को चहुंमुखी

विकास के लिए शिक्षित कर रहा है।

1968 में 'कस्तूरी देवी गुप्ता ट्रस्ट' का श्रीगणेश करवा कर पारिवारिक जनों की आवश्यकता पूर्ति के लिए एक महत्वपूर्ण कदम बढ़ाया।

1968 में ही 'गुप्ता ग्रुप-आफ पब्लिकेशन्स की स्थापना की। यह प्रतिष्ठान होल-सेल में पुस्तक वितरण का कार्य कर रहा है।

1970 में नैतिक शिक्षा के विकास, प्रचार एवं प्रसार के लिए रामेश्वर दास गुप्त धर्मार्थ ट्रस्ट में उपयोगी पुस्तकों का प्रकाशन आरम्भ किया।

1970 में आपने प्यासों की प्यास को शांत करने के लिए रिंग रोड पर ठण्डे पानी की प्याऊ की स्थापना की। इस प्याऊ पर कई हजार आदमी रोजाना पानी पीते हैं।

1971 में सामान्य जनता की आर्थिक आवश्यकता की पूर्ति के लिए आपने 'अभिनव-बचत एवं ऋण-दात्रि सहकारी समिति (सीमित) की स्थापना की। इस समिति द्वारा प्रतिवर्ष लाखों रुपया जरूरतमंद लोगों को ऋण के रूप में दिया जाता है।

1973 में जो महान् कार्य किया, उसके लिए जन-मानस से आपके प्रति शुभकामना के उद्‌गार निकलते ही रहते हैं और वह है 'धर्मभवन' का निर्माण। इस 'धर्मभवन' में नित्य प्रति धार्मिक, सामाजिक, सांस्कृतिक एवं आध्यात्मिक अनुष्ठानों, सभाओं, सम्मेलनों, उत्सवों एवं कार्यक्रमों का आयोजन होता रहता है। साथ ही इसमें यात्रियों के ठहरने के लिए आधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित कमरों की व्यवस्था है। यहां बारातें आदि ठहरने तथा सत्संग एवं सभाएं करने की सुविधाएं भी प्रदान की जाती हैं।

सन् 1973 में ही 'मंगल-मिलन' नामक मासिक पत्रिका का प्रकाशन आरम्भ किया। इस पत्रिका के माध्यम से प्रतिवर्ष सैकड़ों विवाह सम्पन्न हो जाते हैं। यह पत्रिका सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक तथा आध्यात्मिक क्षेत्र में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है।

सन् 1974 में गरीबों के उपकार के लिए धर्म भवन में 'श्रीमती कस्तूरी देवी गुप्ता-होमियोपैथिक चिकित्सालय' की स्थापना की। इस चिकित्सालय में क्वालीफाइड डाक्टर द्वारा प्रतिदिन साठ-सत्तर रोगियों का नि.शुल्क इलाज किया जाता है और मुफ्त दवाई दी जाती है।

सन् 1975 में हिन्दी की व्यवहारिक रूप से सेवा करने के लिए आपने हिन्दी व्यवहार संगठन की स्थापना की। इससे पूर्व श्री रामेश्वरदास गुप्त, दिल्ली हिन्दी साहित्य सम्मेलन, करौलबाग मण्डल के कई वर्षों तक मन्त्री रहकर, हिन्दी की पर्याप्त सेवा करते रहे।

सन् 1975 में अग्रवाल समाज को सुसंगठित करने और सामाजिक कुरीतियों को हटाने के हेतु 'अखिल भारतीय अग्रवाल प्रतिनिधि सम्मेलन' का आयोजन किया। इसी आयोजन में अखिल भारतीय अग्रवाल सम्मेलन की स्थापना हुई और आगे चलकर सम्मेलन ने 1976 में अग्रोहा-विकास ट्रस्ट की स्थापना कर अग्रोहा

को तीर्थ के रूप में विकसित करने का कार्य अपने हाथ में लिया।

सन् 1976 में धर्म-भवन में 'श्रीमती देवकी रानी गुप्ता योग साधना केन्द्र' की स्थापना कर इस क्षेत्र के लोगों के लिए योग का अभ्यास करने के लिए निःशुल्क सहूलियत प्रदान की। यहां पर रोजाना प्रातःकाल के समय योग की क्लासें लगती हैं। स्त्री, पुरुष, बच्चे, बूढ़े सभी योग का अभ्यास करते हैं।

सन् 1977 में जी०टी० रोड पर चलने वाले यात्रियों को पानी पीने की सुविधा जुटाने के लिए आपने एक अन्य प्याऊ का निर्माण करवाया। इस प्याऊ पर जी०टी० रोड पर चलने वाले दूर-दूर के मुसाफिर पानी पीते हैं।

दिल्ली के अतिरिक्त आपने अपने उपकार के कार्यों का विस्तार अन्यत्र भी पर्याप्त किया है। सन् 1978 में आपने गंगा के महान् तीर्थ गढ़मुक्तेश्वर के 'ब्रजघाट' नामक स्थान पर एक विशाल धर्मशाला का निर्माण आरम्भ किया है, जो अब पूर्ण हो गई है।

सन् 1979 में आपने अपने प्रयत्नों से शृंगेरी में चारों शंकराचार्यों का सम्मेलन करवाया। यह सम्मेलन ऐतिहासिक महत्व का है।

1979 में ही आपने साउथ एक्सटैंशन में एक अन्य प्याऊ का निर्माण कराया। इस प्रकार की पिपासा शांत करने का आपका यह तीसरा प्रयास है।

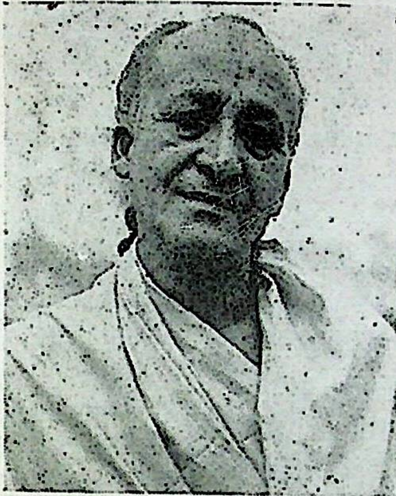
श्री रामेश्वरदास गुप्त के मिलनसार स्वभाव, स्पष्टवादिता एवं सहानुभूतिमय व्यवहार के कारण, सभी धर्मों एवं वर्गों के लोग, आपके सानिध्य से सदा लाभ प्राप्त करते रहते हैं। भगवान आप जैसे व्यक्तित्व को स्वस्थ एवं आयुष्मान बनाए रखें।

आप वास्तव में एक सच्चे "गृहस्थी योगी" हैं। आपका जीवन अनुकरणीय है। □

योगिनी डा० उमा शर्मा

सुश्री डॉक्टर उमा शर्मा संगीत की मर्मज्ञ विदुषी हैं। योगेश्वर श्री चन्द्रमोहन जी महाराज के श्री चरणों में शरण ग्रहण कर आपने हिन्दी तथा संस्कृत में आगरा विश्वविद्यालय से एम० ए० तथा पातंजल योगदर्शन के व्यासभाष्य पर पी० एच० डी० की उपाधि प्राप्त की है। इसके अतिरिक्त वाद्य एवं गायन संगीत में संगीतरत्न में स्वर्णपदक प्राप्त करने का आपको गौरव मिला है। महाप्रभु श्री रामलाल जी महाराज (योगेश्वर श्री चन्द्रमोहनजी के सदगुरुदेव) के योगचमत्कार की लीलाओं को संगीत के मधुर स्वरों से आप साधकों के हृदय में बैठाकर उनकी योगनिष्ठा और श्रद्धा का संवर्धन कर महाराज श्री के साथ योग प्रचार में अपना अद्भुत याग देने में तपस्यारत हैं।

आपके भजन-कीर्तन से भक्तजन मन्त्रमुग्ध हो जाते हैं।



आचार्य केशव देव

विवेकानन्द योगाश्रम चिकित्सालय
पटपड़ गंज रोड़, दिल्ली—110051
दूरभाष : 213924

योग विभूति आचार्य श्री केशव देव हरियाणा प्रान्त के मूल निवासी हैं। आपके परिवार में पिता आदि सम्बन्धी जज, एडवोकेट, इंजीनियर और वैज्ञानिक है। आपको प्रारम्भिक जीवन में ही दैविक शक्तियों का आभास होने लगा था। जीवन में कुछ आगे बढ़ते ही सन् 1948 में दैविक चमत्कार प्रथम उपासना में ही इनके समक्ष उपस्थित हुआ। फलतः उसी समय से जीवन में आध्यात्मिकता की ओर विशेष परिवर्तन आरम्भ हो गया। फिर तो क्रमशः थोड़े-थोड़े समय के अन्तर से योगिक जीवन में नये-नये अनुभव और अनुसंधान आरम्भ हो गए। धीरे-धीरे कुछ वर्ष व्यतीत होने के अनन्तर कई वर्ष की लम्बी कठोर योग साधना आरम्भ हो गई। उस साधना के फलस्वरूप आपके समक्ष कुछ आश्चर्यचकित कर देने वाले चमत्कार उपस्थित हुए जिनको देश के हजारों स्त्री-पुरुषों ने प्रत्यक्ष देखा। 7 नवम्बर 1953 के स्टटेसमैन, तेज, प्रताप, मिलाप आदि समाचार पत्रों ने मुक्त कण्ठ से आपकी प्रशंसा की है।

आचार्यवर ने योग, ज्योतिष, आयुर्वेद, मुद्रा विज्ञान, प्राण विनियम, संवाद प्रवेण विद्या, मन्त्र विज्ञान, मोहिनी विद्या, ब्रह्म विद्या, ध्यान तथा पराविद्या पर विशेष अध्ययन और अनुसंधान किए हैं। योग की इन महत्त्वपूर्ण क्रियाओं पर आपका पूर्ण नियन्त्रण है। योग के सूक्ष्म अंग मुद्रा विज्ञान पर एक नवीन प्रकार का वैज्ञानिक विश्लेषण, अनुसन्धान आधुनिक युग में एक अनोखा चमत्कार उपस्थित किया है। आचार्य श्री ने दैनिक जीवन में प्राचीन भारतीय सस्कृति के असरदार प्रयोगों एवं प्रभावों को खोजा तथा प्रकाशित किया है।

जिनके द्वारा अपने भौतिक युग के तनावों और चिन्ताओं को दूर किया है। आपने प्रकृति, मानव और आध्यात्मिक जीवन में नया तारतम्य स्थापित किया है। इन क्रियाओं में विशेष कर आपकी 'अग्नि साधना द्वारा विशेष' कार्य सम्पन्न हुए हैं तथा लाखों लोगों को योग की विभिन्न शाखाओं के सम्बन्ध में मार्गदर्शन किया है। पराविद्या से सम्बन्धित प्राचीन भारतीय वैज्ञानिक विद्याओं और चमत्कारिक प्रयोगों को खोजने में आप निरन्तर संलग्न हैं। इसी सम्बन्ध में 'पराविद्या रिसर्च फाउण्डेशन' 'विवेकानन्द प्रतिष्ठान परिषद' तथा 'पराविद्या महाविद्यालय' आदि संस्थाओं की स्थापना की गई है। यह संस्थाएँ आपके निर्देशन में कार्य कर रही हैं।

दिल्ली में 'विवेकानन्द योगाश्रम चिकित्सालय' का श्रीगणेश दस बीघा भूमि में आरम्भ किया गया है। यह स्थान पटपड़ गंज रोड़ दिल्ली—110051 में स्थित है। आश्रम का वातावरण विशुद्ध आध्यात्मिक रमणीक प्राचीन ऋषियों का-सा दृष्टिगोचर होता है। इस स्थान पर कितने ही साधक विद्वान, योगी, उत्कर्ष प्रकार की परा-साधनाओं में संलग्न हैं।

आचार्यजी ने अब तक कई पुस्तकें मुद्रा विज्ञान, योग, ज्योतिष, चिकित्सा, गायत्री आदि विषयों पर बड़े ही अधिकारपूर्ण ढंग से लिखी है। आपका साहित्य, लेखन शैली ओजस्वी आकर्षक तथा पाठक के मनोभावों को तरंगित करती है।

ज्योतिष, योग, गायत्री विज्ञान, मन्त्र विज्ञान, स्वर विज्ञान, शब्द विज्ञान, ध्यान, राजयोग, टैलीपेथी आदि विचित्र विद्याओं को सीखने के लिए सैकड़ों लोग आते रहते हैं।

आपका विचार है कि प्राचीन भारतीय योग विज्ञान एवं आध्यात्मिक विज्ञान से सम्बन्धित एक विशाल पराविद्या अनुसन्धान केन्द्र की स्थापना कर भारत की लुप्त प्रायः विचित्र विद्याओं को पुर्नजीवित किया जाए।

योगीराज स्वामी गंगेश्वरानन्द जी

श्री पंडित रामदत्त की पतिपरायण धर्म निष्ठा धर्मपत्नी श्रीमती सरलादेवी भी अपने पूज्य पतिदेव के समान ही श्री स्वामी रामानन्दजी महाराज की एक परमभक्त महिला थी। 27 दिसम्बर सन् 1881 में उनके घर एक पुत्ररत्न उत्पन्न हुआ। उसका नाम चन्द्रेश्वर रखा गया। उसी बालक को स्वामी रामानन्दजी महाराज ने उदासीन सम्प्रदाय में दीक्षित कर 'चन्द्रेश्वर' नाम के स्थान पर उसका नाम 'गङगेश्वरानन्द' रख दिया। वही आजकल श्री स्वामी गंगेश्वरानन्द उदासीन वेद—दर्शनाचार्य के नाम से विख्यात हैं। इन्होंने अपने जीवन में जन्म से लेकर उदासीन सम्प्रदाय की दीक्षा के वर्ष 24वीं वर्ष की आयु तक में अनेक आश्चर्यपूर्ण चमत्कार देखे। बाल्यकाल में ही इनके मस्तिष्क और हृदय के पटल खुल गए थे और शारीरिक शक्ति बेजोड़ थी। अतएव उनका प्रभाव एवं सम्मान उत्तरोत्तर बढ़ता गया और ये अपनी हृदय तथा मस्तिष्क की अदभुत शक्ति एवं उद्दाम शारीरिक बल के कारण सभी के हृदय पटलों पर छा गए। अपनी पाँच वर्ष की आयु के पूर्व ही इनको कृष्ण भगवान के दर्शन हुए। उसके कुछ दिन बाद ही इनको माता निकली जिसके कारण इनकी भौतिक नेत्र-ज्योति लुप्त हो गयी। श्री स्वामी रामानन्दजी इनकी सात वर्षों की अवस्था में इनके माता-पिता से तथा इनसे मिले। उन्होंने उनके माता-पिता को इनसे विष्णु सहस्त्रनाम का दैनिक पाठ गाने का सुझाव दिया। उन्ही स्वामीजी के सुझाव के अनुसार यह बालक प्रतिदिन 24 घण्टे का पुरश्चरण करने लगा। परिणामस्वरूप इनको 24 वर्ष की आयु में दिव्यशक्ति प्राप्त हुई। इनको उसी आयु में स्वामी रामानन्द जी ने उन्हीं दिनों उदासीन सम्प्रदाय की दिशा देकर उनका नाम गंगेश्वरानन्द रख दिया। उसके बाद अपने गुरुदेव के परामर्श से अध्ययन के लिए काशी चले गए। वहाँ इन्होंने अपने तीन वर्ष के अध्ययन काल की अवधि में ही प्रायः सभी आर्ष ग्रंथों को जिह्वाग्र कर लिया और उनकी विविध टीकाएँ एवं उनके भाष्य इनके हृदयपटल अंकित हो गए। इसी तीन वर्ष के अल्प काल में ही अपनी अलौकिक प्रतिभा के कारण इन्होंने पंजाब की संस्कृत परीक्षा 'शास्त्री' (बी. ए.) के समकक्ष विद्वतापूर्वक उत्तीर्ण की। तदनन्तर इन्होंने अपने विद्वान साधु साथियों के साथ सारे देश का भ्रमण किया। ये विदेशों में भी प्रायश सभी प्रसिद्ध देशों में वेद स्थापना एवं वेद प्रचार की भावना से गए। इन्होंने वहाँ के प्रसिद्ध धार्मिक स्थानों, विश्वविद्यालयों आदि मे स्थूलाक्षरी, बृहदाकार भव्य आकृति वाले चारों वेदों के एक जिल्दी ग्रंथ रत्न 'भगवान वेद' स्थापित किए। वेद स्थापना के फलस्वरूप सदगुरुदेवजी ने देश विदेशों में सैंकड़ों वेद-मदिरों, वेद्र संस्थाओं, आश्रमों एवं इस तरह की विविध संस्थाओं की स्थापना की। इनको अदभुत समन्वयात्मक भावना, परोपकारनिष्ठा, उदात्त विद्वता के कारण देश विदेशों में इनके विशाल संख्या में भक्त एवं शिष्य हैं। इनके साथ सरस्वती और लक्ष्मी दोनों का ही वास रहता है।

इनके समस्त कार्य अनायास ही सिद्ध हो जाते हैं। युग में एक दिव्यात्मा ऋषी ही हैं। अतएव इनका सान्निध्य सभी चाहते हैं और इनसे आशीर्वाद प्राप्ती के लिए लालायित रहते हैं। कुछ वर्ष पूर्व इनके अतिप्रिय गुरुभक्त शिष्य स्वामी सर्वानन्दजी के निर्वाण के बाद श्री स्वामी गोविन्दानन्दजी महाराज ने सद्गुरुदेवजी का समस्त कार्यभार सम्भाल लिया। और उसको वे पूर्ण तत्परता, दक्षता और निष्ठा से निभाते हैं।

सर्वथा विशुद्ध स्थूलाक्षरी, बृहदाकार एवं भव्य आकृति वाले चारों वेदों के मंत्रों को एक जिल्द में ग्रंथित, संकलित, मुद्रित करने तथा अन्य विविध विद्वतापूर्ण ग्रंथों की रचना के कारण इनकी विद्वता की प्रखरता चारों दिशाओं में दूर-दूर तक विश्व के कोने-कोने में छिटक रही है। फलस्वरूप इनको विद्वता, सर्वप्रियता लोकोपकारिता के कारण बेजोड़ आंतर्राष्ट्रीय ख्याति ने सरसता से आलिंगन कर हृदय से वरण कर लिया है। ये विश्वख्याति प्राप्त अलौकिक ज्ञान निधि के महापुरुष पूर्णतः विरक्त, महातपस्वी, प्रभु के असीम विद्वज्जनमूर्धन्य उदासीन सन्त वेदनिष्ठ भावना से सर्वदेव तत्पर एवं जागरूक रहकर सभी को वेदों के प्रति प्रेरणा देते रहते है। इस युग में उदीयमान ज्ञान ज्योति के महा पुंज हैं। इनके दर्शनों, आशीर्वचनों के लिए लालायित होकर आबाल वृद्ध प्रायश; इनको घेरे रहते हैं। देश-विदेश के मूर्धन्य नेता भी इनकी अलौकिक विलक्षणताओं के कारण इनके श्रीचरणों में नतमस्तक हो आशीर्वाद ग्रहण कर अपने आपको कृतकृत्य समझते हैं। इनके दर्शनों तथा आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए दिवंगत राष्ट्रपति श्री राजेन्द्रप्रसाद पंडित जवाहरलाल नेहरू, श्री लालबहादुर शास्त्री भी आये थे तथा श्रीमती इन्दिरा गाँधी भी आयी थी। भारत के उच्चतम न्यायालय के उच्चतम न्यायाधीश श्री वाय. पी. चन्द्रचूड़, आध्यात्मिक रत्न, डॉ० करणसिंह आदि तथा विविध सम्प्रदायों के उच्च यतिप्रवर तथा विद्वान इनके पास सदा ही आते रहते हैं।



चेराल वेंकटार्या

आन्ध्र प्रदेश

चेराल वेंकटार्या कमलापूर (505102)
जिला—करीमनगर--आंध्र प्रदेश
जन्म तिथि 4-8-1921
पिता—चेराला मल्लथ्याजी
माता—चेराला राजम्मा जी

विद्या—दूसरी कक्षा में पढ़ना छोड़ दिया (गरीबी के कारण) गाँव में जीना कठिन होकर सोलापुर (महाराष्ट्र) पिता के साथ चला गया। वहाँ पर काम करना सीखा और काम करने लगा। उस वक्त आयु 12 साल है वहाँ पर हमें हिन्दी सीखने का शौक लगा तब कांग्रेस का आन्दोलन चलता रहा यहाँ कांग्रेस के आन्दोलन के कारण वहाँ पर काम चलना मुश्किल हो गया तब 1940-42 था उस वक्त वतन को आना हुआ।

जब शोलापूर में आर्या सत्याग्रह हो गया हमारे कुछ दोस्तों ने हैदराबाद वाले था हमें तब तक अध्यत्मा का विचार आया है उस सम्बन्ध में आर्य समाज का जिक्र करता था उस दोस्त का नाम हनुमंत राव है उन्होंने वैदिक धर्म का विवरण बताया उसके वजह से हिन्दी पढ़ना ज्यादा हो गया। 1946-47 में कमलापूर में हिन्दी पाठशाला और आर्या समाज भी खोला है तब से बौधिक धर्म रीती पर आध्ययात्मा का विचार करता रहा दिल्ली सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा के और से अच्छे-अच्छे पंडितजी आता था श्री पू० पं० सत्यदेवजी, पं० जयदेवजी, पं० स्वतंत्रतानन्दजी, पं० विशुध्यनन्दजी ऐसे पंडितों से हमें बहुत हमें ज्ञान प्राप्त करने का मौका मिला इसीलिए हम आज मानव रूप में दिख रहे हैं।

हमें दो लड़का है वह बड़ा सुखदेव हमार खास काम पावरलूमस को चलाना तथा कपड़ा मारकेट में बेचना वगैरा काम करता। दूसरा छोटा मल्लिकरजुन देव B.com. M.com. पढ़ा और चार्टर्ज-अकाउटेन्स पूरा नहीं हुआ अभी उन करीमनगर में प्रैक्टेस कर रहे हैं (सेल्स-टेक्स, Incomtex Auditor के नाते) है। तीन लड़कियाँ हैं वह बड़े हो गया उनका भी बच्चा है हम इन सबको देखते हुए अपना जीवन वैदिक राह पर चल रहे है।

राष्ट्रिय पाप

एक बार स्वामी विवेकानन्द ने कहा—'मैं तब तक बैकुण्ठ भी जाना स्वीकार नहीं कर सकता, जब तक हमारे साथ में एक कुत्ता भी भूख से तड़पता रहेगा। मेरी समझ में जनता की अवहेलना सबसे बड़ा राष्ट्रीय पाप है और यही हमारे पतन के कारणों में एक है। जब तक भारत की जनता शिक्षित नहीं पाती, धार्मिक सद्भावना का पूरा सदुपयोग नहीं करती और अपने आपको सुरक्षित नहीं समझती, तब तक किसी तरह की राजनीति केवल मात्र भ्रमजाल और निरर्थक है।

[सौजन्य : कालडिबाइन' बम्बई, मार्च 1962]

श्री कृष्ण साधक

राजस्थान

श्री कृष्ण साधक कोटा (राजस्थान)। जन्म 1908, ग्राम सोंदलक (जला कोटा), हाई स्कूल बाराँ (कोटा) से सन् 1929 में मैट्रिक की परीक्षा पास की।

मेट्रिक पास करने के बाद सन् 1929 से 1933 तक स्वतन्त्ता आंदोलन में सक्रिय भाग लिया। अपने व पत्नी के विदेशी वस्त्र जलाकर खादी पहनना शुरू किया। पत्नी के जेवर बेचकर खादी भण्डार खोला। बाराँ में ही प्रजामंडल का मंत्री रहा। प्रभात फेरियाँ, जलूस निकाले व शराव तथा विदेशी वस्त्रों की दूकानों पर पिकेटिंग किया। महात्मा गांधी के अछूतोद्धार आंदोलन में भाग लेने व हरिजनों को एक मंदिर में प्रवेश दिलाने के कारण पौराणिक जनता के विरोध स्वरूप एक रात्रि को जेल में भी रहा। अछूतोद्धार तथा विधवा विवाहों में भाग लेने के कारण दो बार जाति से च्युत किया गया।

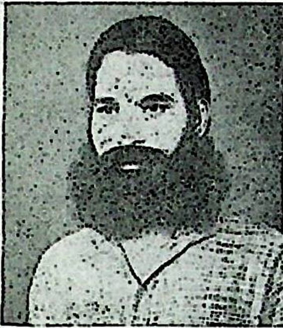
आर्थिक स्थिति ठीक न होने के कारण सन् 1933 में शिक्षा विभाग में 20 रुपये माह पर सर्विस की। अध्यापन कार्य करते हुए ही प्राईवेट तौर से इंटर, बी० ए०, एम० ए०, बी० एड; साहित्य रत्न, व सिद्धांत शास्त्री परीक्षाएँ पास कीं। शिक्षा विभाग से सन् 1967 में प्रधानाध्यापक उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के पद से अवकाश ग्रहण किया। राजस्थान सरकार के शिक्षा विभाग से अवकाश ग्रहण करने के बाद कोटा में डी० सी० एम० के उच्चतर माध्यमिक स्कूल में 9 वर्ष तक प्रधानाचार्य रहा।

आर्य समाज बाराँ में सन 1926 से ही सदस्यता ग्रहण की। आर्य कुमार सभा बाराँ का मंत्री रहा। 4-5 विधवा विवाह कराये, लगभग 6 या 7 शुद्धियाँ भी करायीं। 10-12 स्थानों पर आर्य समाजों की स्थापना की। वर्तमान में राजस्थान आर्य प्रतिनिधि सभा का उपप्रधान, हाड़ौती क्षेत्रीय (कोटा, बूंदी, झालावाड़ जिलों) की आर्य उपप्रतिनिधि सभा का प्रधान, आर्य समाज रामपुरा कोटा का उपप्रधान तथा सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा दिल्ली का प्रतिनिधि सदस्य रहे।

अपने अध्ययन काल में उज्जैन के एक सन्त डॉक्टर दुर्गाशंकरजी नागर संपादक कल्पवृक्ष कार्यालय से सम्पर्क हुआ और कई महीनों तक उनके पास रहकर योग तथा प्राकृतिक चिकित्सा की शिक्षा प्राप्त की। योगासन, प्राणायाम, सूर्य किरण चिकित्सा आदि वहीं सीखे। बाराँ में उन्हीं दिनों सूर्य चिकित्सा द्वारा मुफ्त उपचार भी शुरू किया।

शिक्षा विभाग से अवकाश ग्रहण करने के बाद आर्य समाज के प्रचार प्रसार का कार्य करते हुए योग और प्राकृतिक चिकित्सा के क्षेत्र में भी कार्य किया। स्वामी सत्यपतिजी योगाचार्य द्वारा तीन-चार बार योग शिविर लगवाये। कोटा में ही प्राकृतिक चिकित्सालय प्रारम्भ कराया जो अब भी चल रहा है। कई स्कूलों व संस्थाओं में समय-समय पर योगासनों तथा प्राकृतिक उपचार पर व्याख्यान तथा क्रियात्मक शिक्षण भी दिया। 'प्राकृतिक जीवन की ओर' नामक एक पुस्तक भी सत्य प्रकाशन मथुरा से प्रकाशित हुई। प्राकृतिक चिकित्सा पर छोटे-छोटे लेख भी लिखे जिनका काफी प्रचार हुआ। ये ट्रेक्ट हैं। सूर्य चिकित्सा, मिट्टी चिकित्सा, मल चिकित्सा, वायु चिकित्सा, उपवास चिकित्सा हवन चिकित्सा व प्राकृतिक आहार। योग पर कुछ लेख भी लिखे जो प्रकाशित भी हुए।

संतानें—4 पुत्रियाँ व 9 पुत्र। पुत्रियाँ सब अपने-अपने ससुराल में हैं। पुत्र कोटा में एक अच्छा पैथोलोजिस्ट डाक्टर है। उसकी पत्नी सरोज गुप्ता भी कोटा में ही डाक्टर है।



श्यामलाल योगाचार्य

अजमेर

नाम—श्यामलाल "योगाचार्य"
पता—123, जवाहर कालोनी,
हैप्पी स्कूल के पास,
अजमेर 305001
जन्म तिथि—6-7-1947
जन्म स्थान—अजमेर
शैक्षणिक योग्यता—हायर सैकन्डरी पास

शैक्षणिक काल में व्यायाम आदि में विशेष रूचि।

सन 1962 में भारत व चीन युद्ध के समय रक्षा कोस हेतु जिला स्तरीय कुशती प्रतियोगता में भाग लिया।

सन 1966 में राजस्थान राज्य स्तरीय बोड़ी बिल्डीग प्रतियोगता में भाग ले कर दूसरा स्थान प्राप्त किया।

सन 1975 से प्राकृतिक चिकित्सा य योग में विशेष रुचि ली व अखिल भारतीय चिकित्सा परिषद नई दिल्ली द्वारा संचालित N. D. की परीक्षा उतीर्ण की।

योग में विशेष रूचि ले कर बिहार योग विद्यालय मुंगेर (बिहार) में योग का प्रशिक्षण प्राप्त किया। तथा स्वामी रामतीर्थ योगाश्रम, दादर-बम्बई से योग का प्रशिक्षण प्राप्त किया।

जब से अजमेर क्षेत्र में योग के प्रचार-प्रसार हेतू कई योग साधना शिविर लगाकर युवक-युवतियों को योग का प्रशिक्षण दिया व कई रुग्ण व्यक्तियों को योग द्वारा स्वस्थ लाभ दिया।

अजमेर नगर के प्रायः सभी माध्यमिक, उच्च माध्यमिक तथा महा विद्यालयों में योग प्रदर्शन दिया और उन्हें योग के प्रति जागरूक किया।

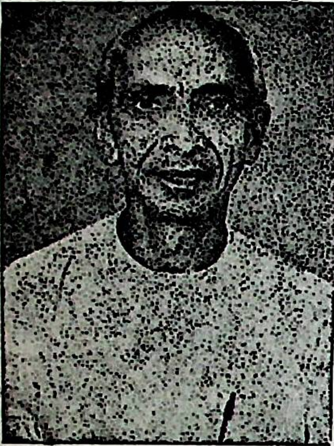
आजकल अजमेर क्षेत्र में योग का प्रशिक्षण, योग द्वारा रोग उपचार, व्यसनमुक्ति का कार्य कर रहे हैं।

72 घन्टे की भूमिगत समाधि दिनांक 22-12-85 से दिनांक 25-12-85 तक अजमेर में ही लगा कर अपने योग क्षमता का परिचय दिया।

वर्तमान विधायक डॉ० श्री राजकुमार जयपाल भूमिगत समाधि समारोह के अवसर पर पधार कर उन्हें सम्मानित किया तथा अजमेर की अन्य संस्थाओं ने सार्वजनिक सम्मान करके प्रतिष्ठित किया।

सम्पूर्ण ब्रह्मचर्य

ब्रह्मचर्य के मूल अर्थ को याद रखें—ब्रह्मचर्य अर्थात् ब्रह्म की, सत्य की शोध में चर्या अर्थात तत्सम्बन्धी आचार। इस मूल अर्थ में सर्वेन्द्रियसंयमरूपी विशेष अर्थ निकलता है। ब्रह्मचर्य का अर्थ है मन, वचन और काया से समस्त इन्द्रियों का संयम। जब तक अपने विचारों पर इतना कब्जा न हो जाय कि अपनी इच्छा के बिना एक भी विचार न आने पाये, तब तक यह सम्पूर्ण ब्रह्मचर्य नहीं है। इस ब्रह्मचर्य का पालन बहुत ही कठिन, करीब-करीब असम्भव माना गया है। इसके कारण की खोज करने से पता लगता है कि ब्रह्मचर्य को संकुचित अर्थ में लिया गया है। जननेन्द्रियविकार के निरोध मात्र को ही ब्रह्मचर्य का पालन मान लिया गया है। मेरे ख्याल में यह व्याख्या अधूरी और गलत है। विषयमात्र का निरोध ही ब्रह्मचर्य है। निःसंदेह जो अन्य इन्द्रियों को जहाँ-तहाँ भटकने देकर एक ही इन्द्रिय को रोकने का प्रयत्न करता करता है, वह निष्फल प्रयत्न करता है। कान से विकारी बातें सुनना, आँख से विकार उत्पन्न करने वाली वस्तु देखना, जीभ से विकारोत्तेजक वस्तु का स्वाद लेना, हाथ से विकारों को उभारनेवाली वस्तु छूना और फिर भी जननेन्द्रिय को रोकने का इरादा रखना तो हाथ आग में डाल कर जलने से बचने के प्रयत्न के समान है। मेरा तो निश्चित मत और अनुभव है कि यदि हम सब इन्द्रियों को एक साथ वश में रखने का अभ्यास करें तो जननेन्द्रिय को वश में रखने का प्रयत्न तत्काल सफल हो सकता है। मुझे यह बात कहनी ही होगी कि ब्रह्मचर्य-व्रत का तब तक पालन नहीं हो सकता, जब तक ईश्वर में, जो जीता-जागता सत्य दे, अटूट विश्वास न हो। —महात्मा गांधी



योगी महेन्द्र जी

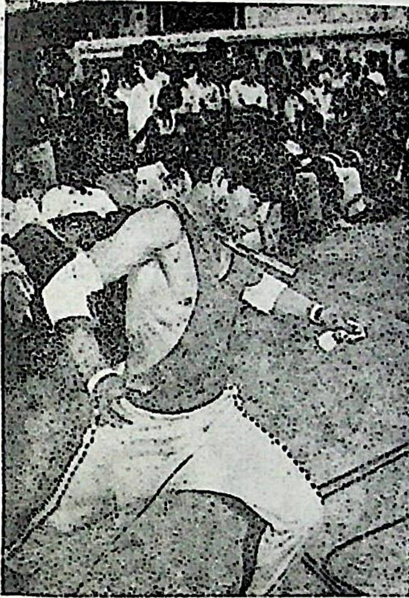
श्री महेन्द्र योगी जी एक सम्पन्न आर्य परिवार से सम्बन्धित हैं। उनका जन्म जिला डेरा गाजी खाँ जामपुर (पाकिस्तान) में हुआ था। मैट्रिक तक शिक्षा प्राप्त करके अपनी खेती-बाड़ी की देखभाल करते रहे। 20 वर्ष की आयु में विवाह-सूत्र में बंध गए। पाकिस्तान बनने के बाद दिल्ली में भिन्न-2 प्रकार के उद्योग-धन्धों में लगे रहे। परमात्मा ने उन की वाणी में मिठास इतना घोला है कि जो भी व्यक्ति उनसे एक बार मिला, प्रभावित हुए बिना न रहा। यह उन की वाणी का ही कमाल था कि इतना बड़ा व्यापार (Scientific appartus factory) अपने समय में इतना चमका कि देखने वाले दंग रह गए। इन्होंने अपने पास काम करने वाले कई कर्मचारियों के जीवन की धारा ही मोड़ दी।

कहते हैं कि समय परिवर्तनशील है। परिवर्तन ही जीवन है। अतः योगी जी भी समय के हाथों से बच नहीं पाए। समय ने पलटा खाया। अगस्त 1966 में योगी जी का बहुत ही भयानक दुर्घटना (accident) हुआ जिस से इन के शरीर का कोई भी अंग अछूता नहीं रहा। परन्तु यह योगी जी के कुछ पूर्व जन्मों के शुभ कर्मों का फल ही था कि इन को नया जीवन मिला। दूसरे शब्दों में परमात्मा ने इन की अग्नि-परीक्षा ली जिसमें ये पूर्ण रूप से सफल घोषित हुए। छः महीने बिस्तर पर रहने के कारण व्यापार को देखने वाला कोई न था, जिस कारण योगी जी ने जिस पर भी भरोसा करा उसी ने डंक मारा। ऐसे समय में परिवार के सदस्यों ने भरपूर सहायता दी। परमात्मा की अनुकम्पा से योगी जी अपने-आपको खड़ा करने में समर्थ हुए और इसके पश्चात ही इनके जीवन की धारा ही बदल गई। योगी जी अपना परिवार केवल तीन ही सदस्यों का रहा। पत्नी अध्यापिका के पद पर कार्यरत है। बेटी अपने घर परिवार वाली है।

जीवन बहती नदिया है। कहते हैं कि बहता पानी स्वच्छ व निर्मल होता है। अगर पानी को एक जगह जमा किया जाए और उस का रख-रखाव न किया जाए तो वहाँ काई जम जाती है और फिसलन हो जाती है। इसी प्रकार योगी जी भी अपने जीवन को पूर्ण सफल बनाने के लिए स्थान-स्थान पर जा कर योग के विषय में ज्ञान अर्जित करते रहे। इसी बीच योगी जी की भेंट आचार्य भगवान देव जी से हुई। आचार्य जी से ही योगी जी को पूर्ण योग प्राप्त करने की प्रेरणा मिली और वह इस तरफ खिंचते ही चले।गए और अन्य कई सन्यासी-महात्माओं के सम्पर्क में भी आए और योग द्वारा रोग-निवारण हेतु जानकारी प्राप्त करते रहे जिस के परिणाम स्वरूप आज योगी जी परमात्मा के आशीर्वाद से एक योग आश्रम (योग चिकित्सा मन्दिर अमर कलोनी लाजपत नगर नई-दिल्ली) का संचालन कर रहे हैं। जिस में गरीब तथा असहाय लोगों की निःशुलक सेवा की जाती है व उन का मार्ग दर्शन किया जाता है।

कथावाचक भगवान

गुजरात के प्रसिद्ध संत सरयूदासजी महाराज अहमदाबाद के मुरलीधर मन्दिर में नित्य श्रीमद्भागवत की कथा बाँचते थे। एक दिन नित्य नियम के अनुसार साबरमति में स्नान कर मन्दिर में जाने लगे कि तटपर एक रोगी की सेवा-शुश्रूषा में लग गये। विलम्ब से कथा-मण्डप में जा रहे थे कि श्रोताओं ने कहा कि महाराज! आप की कथा अत्यन्त अमृतमयी थी। महाराज ने कहा कि मैं तो रोगी की सेवा में व्यस्त था। वे आश्चर्यचकित थे। श्रोताओं ने कहा कि आप सत्यवादी महात्मा हैं, हमने आप ही के मुख से कथा का रसास्वादन किया है। महाराज के नयनों से प्रेमाश्रु छलक पड़ा। उन्होंने श्रोताओं के सौभाग्य की सराहना की कि कथावाचक के रूप में आपको भगवान ने प्रत्यक्ष दर्शन दिया।



योगीराज राम अवतार शर्मा
नेपाल में योग प्रदर्शन करते हुए

योगीराज राम अवतार शर्मा

दिल्ली से लगभग 90 किलोमीटर की दूरी पर, हरियाणा प्रान्त के महेन्द्रगढ़ जिले में स्थित है गाँव शेटकूर—शिकारपुर जो अब घासेड़ा के नाम से प्रसिद्धि पा चुका है।

इसी ग्राम में दिनांक 15-10-1961 को योगिराज श्रीराम अवतार शर्मा का जन्म ब्राह्मण कुलभूषण श्रीयुत पंडित पूरणचन्द्र शर्मा के परिवार में हुआ। यह एक भरा-पूरा परिवार है। योगिराज के तीन भाई हैं। और दो बहनें हैं। सब विवाहित हैं। योगिराज सबसे छोटे हैं और बालब्रह्मचारी हैं।

बाल्यकाल की 5 वर्ष की छोटी-सी अवस्था में योगिराज अपने पिताजी के साथ गुरदासपुर गये थे। वहाँ गुरुदेव श्री स्वामी चितरंजनजी का योग शक्ति चमत्कार प्रदर्शन देखकर मुग्ध हो गये और तभी से यह विद्या सीखने की मन में उत्कंठा उत्पन्न हो गई। उस समय तो वे अपने गाँव में वापस आ गये और अपनी पढाई शुरू कर दी। परन्तु मन में गुरुजी के पास रहकर यह अद्भुत विद्या ग्रहण करने की चाह दिनों-दिन बलवती होती गयी। आखिर एक दिन बीच में ही अपनी पढ़ाई छोड़कर गुरु स्वामी चितरंजनजी के पास पंजाब के गुरदासपुर पहुँच गये।

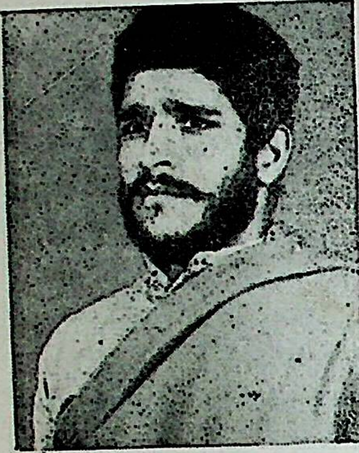
कई वर्षों तक सतत और मनोयोगपूर्वक अभ्यास से यह योग शक्ति चमत्कार विद्या भली प्रकार ग्रहण की और इसमें दीक्षित हुए। अब 24 वर्ष की युवावस्था में ही देश-विदेश में अपनी कला का प्रदर्शन कर अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त कर चुके हैं।

राष्ट्रपति से लेकर अनेक केन्द्रीय एवं राज्य मन्त्रियों तथा सांसदों तक को भी आपने अपनी विद्या से प्रभावित किया है। आप नि स्वार्थ भाव से योग्य शिष्यों को प्रशिक्षण भी देते हैं।

जब बारह सौ साल पहले सुलेमान ने योगियों को देखा

सुलेमान सौदागर ने भारत की कई बार यात्रा की। 851 ई० में उसने भारतीय तपस्वी साधुओं के सम्बन्ध में अपने भ्रमण वृतान्त में लिखा है कि भारतवर्ष में ऐसे लोग भी पाये जाते हैं, जो जंगलों तथा पहाड़ों में रहा करते हैं। ऐसे लोगों का मेलजोल सर्वसाधारण के साथ बहुत ही कम अथवा बिलकुल ही नहीं हुआ करता। ये लोग जंगली वनस्पति तथा फलों पर ही जीवन व्यतीत करते हैं। स्त्रियों से बचे रहने के विचार से अपनी इन्द्रिय पर एक लोहे के छल्ले का इस्तेमाल करते हैं, कुछ सूर्य के सम्मुख खड़े रहते हैं और केवल चीते की खाल तथा इसी प्रकार की अन्य उनके ऊपर (शरीर पर) होती है। एक बार मैंने देखा कि एक स्थान पर एक मनुष्य सूर्य की ओर मुख किए हुए खड़ा था, उसके ऊपर (शरीर पर) एक चर्म था। सोलह वर्ष के पश्चात् जब मैं फिर लौटकर उसी स्थान पर आया तो देखता हूँ कि वह तपस्वी फिर उसी प्रकार खड़ा था, जैसा मैंने उसे पहले देखा था, ऐसी दशा देखकर मुझे बड़ा आश्चर्य हुआ कि सूर्य की गरमी से उसकी आँख, न जाने, क्यों नहीं फूटी।

योगाचार्य ब्र० रामपाल शास्त्री



आपका जन्म सन 1960, 20 मई को ईस्माइला ग्राम रोहतक हरियाणा में हुआ। आपकी माता श्रीमती दिलभरी व पिता चौधरी रामपतजी आर्य धार्मिक विचारों से ओतप्रोत होने के कारण बाल्यकाल से आपकी रुचि योगाभ्यास व ईश्वरोपासना में रही। योग में निष्ठा देखकर माता-पिता पूर्व से ही अचम्भित थे।

स्कूल में 5वीं कक्षा पास करके 13 वर्ष की अवस्था में आप गुरुकुल झज्जर में प्रविष्ट हुए। यहाँ पर आपने प्रथमा, मध्यमा व शास्त्री परीक्षाएँ पास करते हुए योगाभ्यास का भी अच्छा अभ्यास किया।

सन 1979 में आप श्रीमद्दयानन्द वेद विद्यालय गुरुकुल 119 गौतम नगर नई दिल्ली 49 में आचार्य हरिदेव जी के सानिध्य में आये। यहाँ पर आपने सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय वाराणसी से शास्त्री एवं आचार्य परीक्षाएँ उत्तीर्ण करते हुए दयानन्द वेद विद्यालय में ब्रह्मचारियों को निरन्तर योगासनों का प्रशिक्षण देते रहे तथा दिल्ली व बाहर अनेक प्रांतों में श्री योग प्रशिक्षण शिविर लगाकर योगार्थी जनता जनार्दन को लाभान्वित किया।

योग प्रचारार्थ 20 मई 85 को आप हालैण्ड, फ्रांस और बेल्जियम आदि देशों में गये। आपके सतत परिश्रम से प्रभाकर आर्य समाज रोटरेडम हालैण्ड में योग प्रशिक्षण केन्द्र खुल गया है। जिसमें प्रतिदिन छात्र-छात्राएँ व अन्य सज्जन भी लाभ उठा रहे हैं।

सम्प्रति दयानन्द वेद विद्यालय में योग प्रशिक्षण पद पर आसीन हैं। आप सामाजिक कार्यक्रमों में भी बढ़-चढ़कर भाग लेते हैं। आपकी उदात्त भावना व कार्यकुशलता को देखते हुए सार्वदेशिक आर्य वीर दल दक्षिण दिल्ली का अध्यक्ष नियुक्त किया गया।

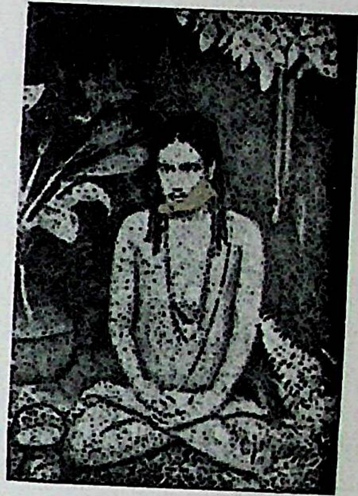
प्राणायाम के माध्यम से चलती हुई दो गाड़ियों को रोकवा, मोटी-मोटी जंजीर तोड़ना, लोहे को छड़ों को मोड़ना, थाली को हाथों से कागज के तुल्य चीरना एवं कांच पीसना आदि अदभुत शक्ति प्रदर्शन भी करते हैं।

इन प्रदर्शनों के कारण आपकी देश-विदेश में ख्याति है। योग व भारतीय संस्कृति के प्रति आपकी अटूट श्रद्धा है। आपके जीवन का लक्ष्य ही योगार्थ समर्पित है।

परमात्मा का दर्शन

परमात्मा हजरत मूसा के हृदय की वाणी में जब अभिव्यक्त हो उठे, तब हजरत मूसा ने याचना की—हे परमेश्वर मुझे शक्ति प्रदान कीजिए कि मैं प्रकाश-स्वरूप आपका दर्शन करूँ। परमेश्वर के वचन थे—तुम मुझे नहीं देख सकते पर पहाड़ को देखो, यदि यह स्थिर है तो तुम मुझे देख सकोगे पर परमेश्वर की शक्ति इस रूप में अभिव्यक्त हो उठी कि पहाड़ धूलिकण में रूपान्तरित हो उठा और हजरत मूसा अचेत—संज्ञाशून्य हो उठे। जब उन्हें चेत हुआ तो उन्होंने परमेश्वर की स्तुति की कि आप की जय हो, आप की विभुता अमिट है। मुझे पश्चाताप है (कि आप की महिमा न जान सका और आपकी कृपा से आप्त शान्त आत्माओं में अपने आपको अग्रगण्य (सौभाग्यशाली) समझता हूं।

[कुरान शरीफ 7 । 139-140]



Swami Nigamananda Saraswati Paramahansa Maharaj

Founder of Assam Bangiya Saraswati Math, Kakilanubh, Jorehat, (A S S A M.)

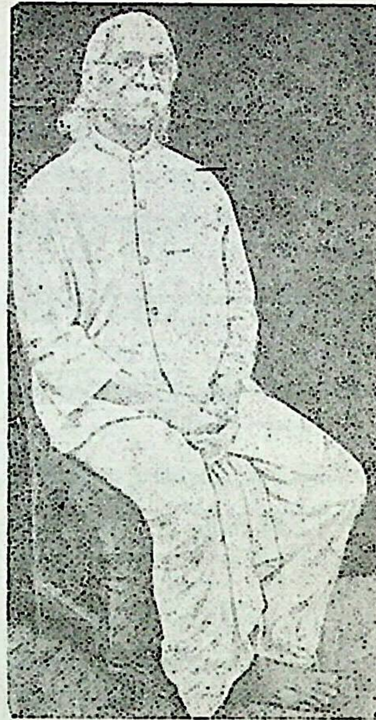
Swami Nigamananda was born on the day of Jhulan Purnima in the year 1286 B. S. village Meherpur in the District of Nadia, West Bengal. He left his family at the age of 22 years after the premature death of his wife. He was first initiated in Tantra by the famous Tantric, Bamakshapa at Tarapith. His quest for spiritual knowledge was not satisfied by practicing the Tantric cult. He became the disciple of Swami Sachidananda Sarswati Maharaj of Puskar Tirtha and learnt Veda, Vedantas and other Vedantic phiosophy. Thereafter he learnt Yoga under the guidance of Sumerudas Babaji at Parsuram Kunda in Assam. He attained the highest spiritual attainment "Nirbikalpa Samadhi" at Kamakhva. He was accorded the title of "Paramahansa" by the assembly of sages at prayag in Allahabad. He also learnt the devotional aspect of "Bhakti" and "Prem Sadhana" under Gouri Ma at her Ashram near Josi Math. He became an universal Guru with his vast knowledge in every sphere of religious phylosophy. He has initiated numerous people as his disciples of whom Anirban Maharaj, the interpretor of the philosophy of Rishi Arabindo and Swami Shivananda Saraswati, the founder of Yogic Therapy were famous.

He attained Maha Samadhi on 13th Agrahayan in the year 1342 B. S. at the age of 56 years in Calcutta. He wrote several books in Bengali and the same were translated in different languages. The names of those books are given below :

1. Yogi Guru in Bengali, English and Hindi.
2. Tantric Guru in Bengali and Hindi.
3. Gyani Guru in Bengali and Hindi.
4. Premik Guru in Bengali and Hindi.
5. Bramhacharya Sadhan, in Bengali, Assamees Oriya and Hindi and English.
6. Vedanta Vibek in Bengali.

Swami Kuvalayananda his life & Mission

M. L. Gharote



Swami Kuvalayanand, alias J. G. Gune, was born on 30th August 1883. He had to struggle hard for his education. During his student days he was very much influenced by the personalities of the political leaders like Lokmanya Tilak and Shri Aurobindo and his national idealism and ardent patriotism prompted him to give up his studies early to be able to contribute his mite in India's struggle for freedom. But owing to the persuasion of many well-wishers he started his studies again and finally graduated in Arts in 1910.

Even in his student days he had adopted the following ideals of life. 1) To prepare a patriotic young generation through suitable secondary and higher education. 2) To master the Indian system of Physical Education and integrate it with general education. 3) To bring together science and spirituality by co-ordinating with modern science the physical, mental and spiritual aspects of Yoga. Now, after he has left us, if we review the achievements of his life, we shall find that he had attained those ideals to a great extent.

He was associated with the Khandesh Education Society from 1916 to 1923, during which period he taught to high school and College students how to develop love for Indian culture maintaining perfect catholicity towards all other cultures, so that ultimately a universal culture may come into being. He was the Principal of the National College, Amalner when it had to be closed down in 1920 due to the displeasure of the British Government on account of the national spirit prevalent in that institution.

Swamiji received his training in the Indian system of Physical Education from the perfect master of that system-Rajratna Prof. Manikrao of Baroda. During the period of this training 1907 to 1910-he realised more than ever that the class room and the playground must fuse and form one unit if anything like world-citizenship was to be realised; and he could give concrete shape to this idea when he was elected Chairman of the Physical Education committee appointed by the Bombay Government in 1937, This was a great event in the history of Indian Physical Education: because

the recommendations of this Committee were accepted forthwith by the Government of Bombay and the first Training Instiute for Physical Education, based mainly on indigenous methods, was established in 1938 at Kandivali (Bombay) and was run under the sole guidance of Swamiji, Simultaneously, a Board of Physical Education was formed to advise the Government on Physical education and Swami Kuvalayananda worked as the Chairman of this Board for twelve long years. Swami Kuvalayananda's methods of physical education were based on sound scientific principles and great emphasis was laid by him on indigenous physical exercises, on idealism and patriotism. The programme of physical education suggested by him inciluded all the nation-building activities. Through his speeches as the President of different conferences and functions he successfully propagated his belief about the significant role of physical education.

Swamiji was nominated a member of the Central Advisory Board of Physical Education and Recreation in 1948. Since then he continued to be a member of this Board till August 1964. While he was a member of the Board, he worked on various sub-committees including the Research Sub-Committee.

Introduction of Yogic exercises in the programme of physical education was his great contribution to Hducation in India.

On being intiated by Paramahamsa Madhavadasji Maharaj, a great Yogin of Malsar. into the secret realms of Yoga in all its aspect Swamiji was deeply impressed by the uncanny psycho-physical effects of Yogic practices, and the rationalist in him sought a scientific explanation for them. Consequently in 1924 he founded Kavalyadhama with the main object of conducting and propagating scientific and textual research in Yoga and published his researches in the journal called "Yoga-Mimamsa". His interpretation of the old science on modern scientific lines atttracted the attention not only of great leaders like Mahatma Gandhi, Pandit Motilal Nehru, Pandit Malaviyaji, Lala Lajapatrai, Pandit Jawaharlal Nehru, but also of foreign scholars and Yale University of U. S. A. sent Mr. K. T. Behanan for his doctoral study in Yoga to work under the guidance of Swami Kuvalayananda. Josephine Rathbone, an American leader of Physical Education, from Columbia University also came to him to receive training in the Yogic aspect of physical education. In India too, as early as 1928. U.P. Government deputed Dr. A. Souza, the Director of Public Instruction to assess the suitability of introducing Yogic exercises in the schools of Uttar Pradesh. He submitted his report in 1928 strongly recommending introduction of these exercises in the curriculum and approving the scheme of training teachers in Yogic exercises submitted by Swamiji who was invited by the U. P. Government in 1932 for initiating the scheme.

For the first time in histroy Swami Kuvalayananda formulated a graded syllabus of Yogic exercises to be introduced in the physical education programme. These exercises were officially included in the syllabus vide Report of the Physical Education Committee of Bombay State in 1937. Later many Indian Universities approached him for help in introducing Yogic exercises in their respecev Universities.

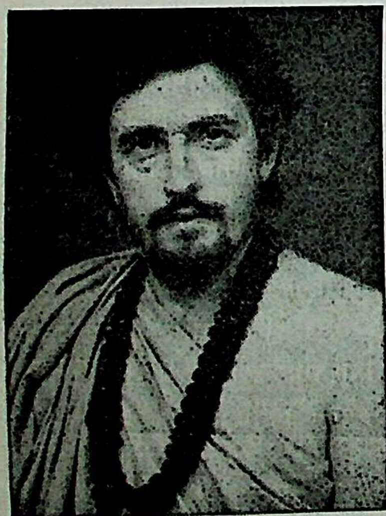
Swami Kuvalayananda was the first person to start research in the Yogic aspect of physical education in the country and he was a great source of inspiration to many who took up this work. His efforts have gone a long way to-

wards eliminating from Yoga all the superstitions and irrational elements and contributed much to a rational understanding of this great art and science of Ancient India.

Gradually Swamiji realised that the cause of Yoga will not be served only by introducing Yogic exercises in the syllabi. It is also necessary to have personnel properly trained in Yogic methods. Therefore, at the suggestion of the Government of India, a short course in Yogic exercises for giving the required knowledge, both theoretical and practical, was instituted at Kaivalyadhama, Lonavla. It is now held every year in the month of May. Apart from this, for those who want to go into the deeper aspect of Yoga, Swamiji established a College named G. S. College of Yoga and Cultural Synthesis at Lonavla in 1950. All the facilities like free tuition, free board and lodging and stipendary arrangement in limited cases, are provided to those aspirants who seek admission to this College.

Though he has left his mortal coil, Swami Kuvalayananda is still alive in his mission which is being carried on by individuals and institutions who received inspiration from him.





Yoga Sadhana AShram

Swami Yogananda Giri

Disciple of Swami Gitananda Giri (Pondicherry-Madras), Born in Genoa, 29-2-1944 Italy.

Swami Yogananda has got good experiences in the yoga field, of more than thirty years.

He is interested in Knowing more about every aspect of Yoga and of Tantra. and in particular about Laya Yoga. He often comes to India for studying and for doing research.

He founded the Italian Teachers Yoga Association which he is the president, this association has got the aim of improving and developping the methodology of teaching.

He is also Acharya of Yoga Sadhana Ashram situated in Savona, Italy, and of other institutions.

He is well-Known for is experience in the yoga field and his Ashram is preparing doint for many teachers and Italian school.

SWAMI SHIVANANDA SARASWATI MAHARAJ

(Yogacharya)



Founder president of Shivananda Math & Yogashram Sangha at Kamakhya, Assam, Calcutta and Medinipur, West Bengal.

Swami Shivananda Saraswati was born at Badlapara village in the District of Barisal, Bangladesh on 4th July 1900. From his early life he maintained a detached composure and left home at the age of 11 years. He became a disciple of Swami Nigamananda Paramsansha Maharaj and learnt, Vedanta and Yoga under his personal guidance upto the age of 22 years. Thereafter he left for the Himalayas and devoted 10 years for attaining the highest spiritual goal.

In 1932 he came to Kamakhya and established his Ashram to conduct researches on simplified Yogic processes invented by him on the patients suffering from diseases. For this purpose he established a Yogic Hospital with his own meagre resources. The treatment of patients without medicine and with simplified Yogic processes was a noble idea, unique and unthought of by anybody in the world. He conducted researches on diet. The achievement of his Yogic treatment was miraculous and surprising. He then started writing a book on the curative espect of Yogic processes named "Yogabale Rogarogya" the publication of which brought him in the lime light. The book was well-received by the people in India. The English version of this book "Yogic Therapy" gave him international fame. He was invited by the Soviet Government to visit Russia in 195·. Thereafter he visited Switzerland, Spain, France. U.K. and U.S.A. and delivered lectures on Yoga and Yogic Therapy.

He is the father of the curative aspect of Yoga and established three Yogic hospitals at Kamakhya, Assam, Calcutta and Midnapore, West Bengal in aid of the suffering people.

He devoted his life on the curative aspect of Yoga and have many disciples whom he preached not only Yoga but also helped them in their Physical, Mental and Spiritual upliftments.

He established college to impart training on Yoga where students from foreign countries also came for training in addition to numerous Indian students. He made several tours to foreign, countries to propagate Yoga, Yogic Therapy and Sattwik Diet.

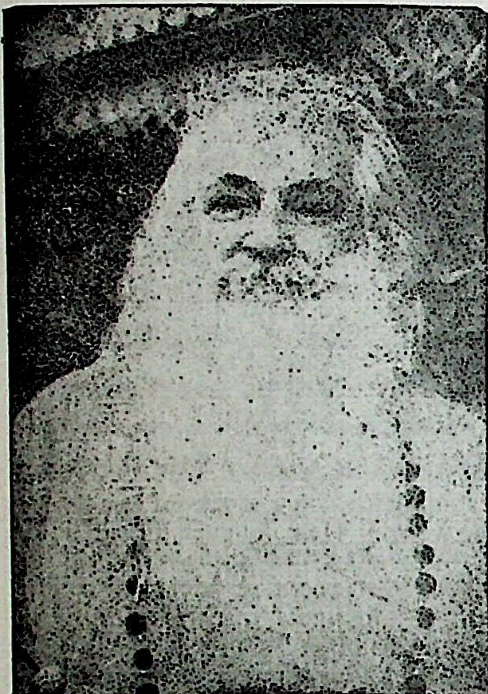
He attained Mahasamadhi on 7th October, 1979 at his sweet will.

The following publications were written by him.

1. Yogic Therapy—Bengali. Assamiya, Hindi, English, Marathi, Malayalam & Spanish.
2. Yogic Byayam for students—Bengali, Assamiya and English.
3. Principle of diet—English. Hindi, Bengali and Assamiya.
4. Build new India and new world—English.
5. Arrange Right diet for Human Beings—English.
6. Hath Yoga Science—English.
7. Bramhacharya for Boys and Girls—English. Hindi, Bengali, and Assamiya.
8. Dhyanayoga—Bengali.
9. Yogirai Manab Samajer Hitakari Baudhu Paritrata—Bengali.
10. Patrabali—Bengali.
11. Different Upanishad Vaishyaseg. Isho, Katha, Keno, Manduk, Brihadaranyak etc.—Bengali.

Dr. Swami Gitananda

Ananda Ashram Pondicherry



H. H. The Rev. Dr. Swami Gitananda Giri has completed three-fourths of a century of dynamic living on this planet.

After a brillient career in art, education, medicine and science, Rev, Swamiji took Sanyaasa as per the wish of his Guru and assumed the positions of Ashramacharya of Ananda Ashram, Pondicherry, South India in 1968.

In Dr. Swami Gita nand Giri we meet a perfect blending of East and West. He is the Master of Indian and Western languages, and an acknowledged authority of ancient Sanskrit. He has succeeded to the leadership and titles of three ancient Yogic lines of Gurus, the Vedic Bhrigu Rishi cult of Yogis, the Dasnami Giri Sakhaa and Subramaniyans of South India.

The activities of the Swamiji are prodigious in the field of Yoga, Medicine, Education and Science. Currently he is the Patron of the prestigious Indian Academy of Yoga at Banaras Hindu University of Varanasi, was one of the original Founding Members and was a member of its Goverening Council. He is also Life Patron of the Adhyatmika Yoga Sadhana Sangam, Bangalore and Patanjali Yoga Centre and Ashram, North London, U. K. He was the former Patron of the International Yoga Teachers Association,Australia and the London School of Yoga in U. K.

Presently Swamiji is the President of the international Yoga group Vishwa Yoga Samaj (The World Wide Yoga Congress); Yoga Jivana Satsangha (International) and on the Governing Council of Bharat Sadhu Samaj, and Vice President of the most prestigious. All' India Association of Mutts under the President of H. H. Jayendra Swamigal, the Sankaracharya of Kanchi Kamakoti Peetam. He is on the valued Board of Advisors of the Federation of Indian Yoga Training and Research Association and involved in Yoga Research through JIPMER (Jawaharlal Institute of Post-Graduate Medical Education and Research) and with Project Consciousness NIMHANS of Bangalore. At Pondicherry he is the Director of ICYER (International Centre for Yoga Edueation and Research) which has published a number of papesrs on scientific research on Yoga which have been published in Indian and international papers and the SPARC (The Society for the Preservation of Ancient Rishi Culture). Swamiji is a writer and he has authored nearly 70 volumes on various subjects and more than200 research papers bear his signature

A MODFRN YOGARISHI

H. H, Rev. Yogarishi Dr. Swami Gitananda has been honoured with many titles, educational. medical and scientific, but he uses only those associated with Yoga since Sannyaas.

Rev. Swamiji says that the greatest honour that he has ever had is that of being called a Yogi.

YOGINI

Kum. Savitadevi N. Mehta



Native Place : Porbandar
Place of Birth : Jinja (Uganda) (Africa)
Date of Birth : 16th August 1921
(Shravan Shukla Trayodashi)
Present Address : 1) Veer Bhavan, 22 B.G. Kher Marg Malabar Hill, Bombay 400 006.
2) Arya Kanya Gurukul, Porbandar.
Family Backgouund : Eldest daughter of Philanthropist Millionaire Raj-Ratna Shethshree Nanjibhai Kalidas Mehta of Porbandar.
She is popularly known as 'Didiji'.

Languages : Sanskrit, Gujarati, Hindi, Moitoi (Lnguage of Manipur) and English.

Educational Qualifications : 1) Matric : 1937 Arya Kanya Mahavidyalay, Baroda
2) Graduation : 1940, Arya Kanya Mahavidyalay, Baroda
3) Diploma in Education 1950 Institute ofEducation : London University:
4) Diploma in Manipuri Dancing (1955) Nehru Dance Academy Imphal (First non-Manipuri)
5) Nartan Acharya—Masters Degree in Manipuri Dancing : 1955 Brahma Sabha Shri Govindji's Temple Imphal—Manipur

Ideals : Didi believes that yoga is very essence of our life. To achieve the Ultimate attainment culminating into "Samadhi" she found Manipuri Dancing as a means to the ultimate and as a "Sadhika" She persued this art as a researcher and not as a professional dancer to master the technique. As an educationist "Yoga" is in the very foundation of Arya Kanya Gurukul Vidyalaya training.

Present Activities : 1) Principal : Arya Kanya Gurukul ; Probander.
2) President : The Parimal Academy.
3) Research from point of view of yogic base in Manipuri Dance technique with a view to preserving pure form of tradition.

Honours : She did not reach this high distinction the easy way. She braved the

conventions of an orthodox family and society. Her profound knowledge of sanskrit literature and philosophy proved invaluable in her studies of Indian dances, which are basically connected with religion.

1955 Meitei Jagoi Hanjobi—Late Maharaja of Manipur, as Best exponent of Manipuri first to receive in 200 years,

1955 Dwitiya Usha—for her lasya teachnique from Late Maharani Dowager Smt. Dhanaman jaridei. (First Usha was the grand daughter-in-law of Lord Krishan.)

1970 Chandraprabha—Pala Loisang, Shree Govindaji Temple, Imphal, Manipur,

1972 Jaipatra Award—Best performance by outsider in temple for Dholak, Khanjari and Duff.

1973 Tamrapatra—Sangeet Nritya Natak Acadamy. Government of Gujarat.

1973 Triveni—Academy Award on occasion of "World Theatre Day" at Baroda.

1976 Nritya Ratna—Manipuri Sahitya Parishad Imphal.

1976 Fellowship—Award—Manipur State Kala Academy Imphal : Manipur.

1979 Felicitated by Brihan Maharashtra Mandal—New Delhi—First non-Maharastrian to receive this honour.

1985 Suvarna Jayanti Vishesh Samman—Manipuri Sahitya Parishad Imphal, Manipuri.

1986 Vishwa Gurjari—National Award Vishva Gurjari Ahmedabad.

Performances : "Didiji" had penned and performed numerous Ballets on variety of subjects—social and religious, as well aa on Manipuri dancing technique, she has given 'Solo Dance' performances. These performances were acclaimed by critics and lovers of Dancing in India as well as abroad—places such as Bombay, Delhi, Madras, Calcutta, Imphal (Manipur), Gauhatti (Assam) Ahmedabad, Probander, Rajkot, Arosa (Switzerland), Geneva, Paris, London, Kampala (Uganda), Jinja (Uganda), Lugazi (Uganda)Dar-as-Salam (Tanzania) Mombasa (Kenya) Nairobi (Kenya).

Tributes :

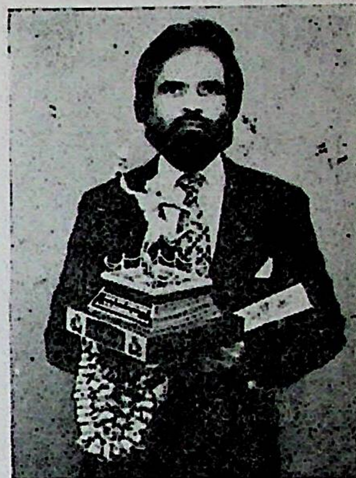
1) "Pure art and perfect technique," by Amis Do L'Orient, Paris, France.
2) "In their expressive noble gestures lived the Eastern Soul",—by Arsoerzoitung Arosa Switzerland.
3) "Kept the audience spellbound irrespective of whether the non-Asian members understood the language or not"—by Mbiyu Koinage, Hon'ble Minister of state office of the President, Nairobi.

Various Indian and foreign critics have paid highest tribute to the total dedication and involvement in performances of Manipuri Dancing technique of Kum. Savitaben N. Mehta

Brahmayogi

Sri Raj Kumar Choudhary

Bangalore



Born on March, 1938 on a small village called Pendra in Bilaspur district of Madhya Pradesh, Shri Choudhary did his B.Sc. in first division from college of science, Raipur, M. P. Later he went to University of Saugor at Sagar in M.P. and did his Master of Technology in Applied Geology in first division in the year 1962. He then joined Geological Survey of India, in 1963 as Assistant Geologist. At present he is posted as Senior Geologist in the Airborne Mineral Survey and Exploration Wing of the Geological Survey of India at Bangalore.

Shri Choudhary was attracted towards Yoga in 1948 when he saw a demonstration in Model High School, Jabalpur. He had his basic Yoga training in 1957 and at the same time he developed interest in body building too. As a result of early disciplined life coupled with daily systematic routine of body building exercises and Yoga shri Choudhary won the best physique competition and the title of Mister University Hostel, University of Sagar, M.P. in 1960. Since 1975, Shri Choudhary is very actively associated with Yoga for the development of mental and physical health of the people. In the field of Yoga as a competitive sport, Shri Choudhary has won eight gold medals, four silver medals and other places in various Yogasana Championships held from time to time since 1977 by Karnataka State Yoga Association and Yoga Federation of India. In recognition to his meritorious achievement in the field of Yoga as Sport, Shri Choudhary has been honoured with STATE AWARD in 1984 by Govt. of Karnataka, along with twenty outsanding sportsmen and women of the State from various disciplines. As an International Yoga Teacher, he has been recognised as Brahmayogi by the International Yoga Teacher's Association, Sydney, Australia for his Yogic feat by which he lifts his entire body just on two fingers i.e. the thumb and the index finger. In Upanishad the thumb has been regarded as Brahma, so also in the present day medical world it occupies the maximum space in the brain on account of its utility That is why the off repeated statement says 'thumbs UP' which signifies strength, determination and success. So very appropriately he is known Brahmayogi. He is also a poet of very high calibre, having written more than 200 poems-gazals and najams on various subjects. He is the President of Joy Yoga Centre Association (Regd.) He is very actively associated with various Yoga Organisations in India and abroad. He aims at spreading the ancient Indian science and art of Yoga to different parts of the world.



Dr. KUMAR PAL

(New Delhi)

Date of Birth : 12th Sept., 1915

Place : Villege Madanpur Dabas, Delhi.

Education : M. A. In Philosophy from Banaras Hindu University B. A. Hons. (Political Science Ph. D : Yoga & psycho - Analysis) Sarvadarshanacharya from Varanasi. Yogacharya - Varanasi, Gorakhpur. Vedant Tirth, Calcutta.

Institutions founded by Dr. Kumar Pal :

i) Sant Parmanand Blind Relief Mission, Delhi.

ii) All India Blind Relief Society, 2-F, Lajpat Nagar, New Delhi.

iii) Yoga International Institute 2-F, Lajpat Nagar, New Delhi.

iv) Institute of Social Guidance, Lajpat Nagar, New Delhi.

v) Gram Sevashram, V. Madanpur Dabas, Delhi.

vi) Dr. Bhagavan Das Memorial Trust, II-F, Lajpat Nagar, New Delhi.

Publications :

i) Yoga and Psycho-analysis.

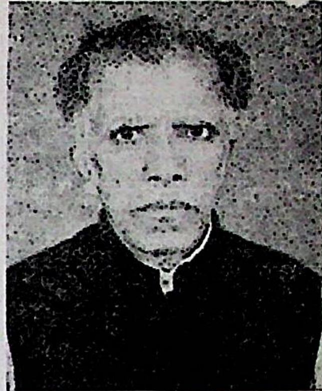
ii) Netra Raksha.

iii) Sachitra Swasthya Shiksha.

iv) Sahyog shiksha.

Yogi

Sardari Lal Sehgal



Born on 12th May 1926, (New Delhi)
Was Married; (wife, non-working)

Has a son, aged 33 years, working as an officer with the State Bank of India. and daughter, aged 29 years, working with the American-Embassy, New Delhi.

Work Experience 1959-1984—World Health Organization Regional Office for South-East Asia Ring Road, New (Delhi-110002) India

Have been teaching to general public. through classes (morning and evening) the following :

i) Yogic asanas—body postures
ii) Pranayam—Science of breathing
iii) Cleansing processes—Yogic processes of internal organs' cleansing with water and air.

Have developed huge charts on human anatomy and physiology, and through these charts :

Have been delivering lectures to general public numbering ten thousand (at time),

The institutions/office which have been arranging/conducting my lectures, included :

—Delhi Insurance Institute, New Delhi Topics for lectures : Six yogic ways of purification.

—Servants of the People Society (Delhi Branch), at their Yoga Health centre : Topics : Yoga asans-general or for specific diseases.

—Delhi Insurance Institute, Delhi :
Topics : WHAT IS YOGA, WHY YOGA, HOW YOGA
YOGA AND RESPIRATORY SYSTEM
YOGA AND CIRCULATORY SYSTEM

—Indian Medical Association
(Lectures—a talk arranged at Hotel Regency New Delhi Topic : ROLE of YOGA in MEDICAL PRACTICE).

—DIABETIC SELF-CARE FOUNDATION
(Lecture arranged at the Vithalbhai Patel House-Constiution Club, Rafi Marg, New Delhi :
Topic-Yoga for the benefit of Diabetics).

Have contributed numerous articles on curative as well preventive value of YOGA (copies of some articles attached.)

Have attended a senior course conducted by Kaivalya-dham, Lonavla, at New Delhi.

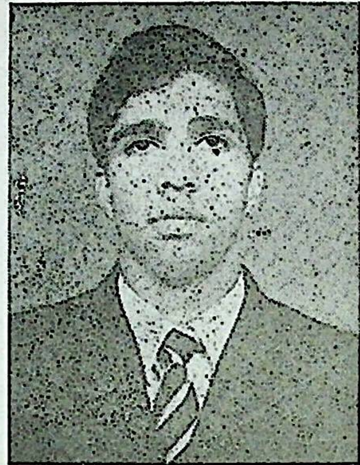
Have been broadcasting a series of talks on the subject "YOGA AUR SWASTHAYA-YOGA AND HEALTH) with effect from August 1985, as an expert on YOGA. These series are being conducted by the Directorate of Doordarshan —Television —Government of India.

The above programme is being appreciated widely throughout the country, by all and sundry.

'Yog-Ratna' Gopal Ji

Genl. Secretary

Yoga Association of Delhi



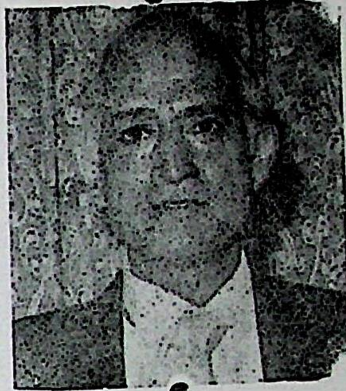
Being the son of a great renowned Yogi, Yogi Raj Dhyan Dhar, Gopal ji could not escape from the artistic environment of the house. Most of the arts he has inherited from his parents. At a tender age of 4 yrs., he started practising Yog-Asanas under the guidance of his mother and got the first enco uraging honour from Late Prime Minister Pt. Jawaharlal Nehru for his excellent Yogic performances, on the occasion of Gandhi Jayanti Celebration.

He had inherent interest for music and dance from the very childhood. His father could find in him this hidden quality and started giving training in music and dance. Hereafter with the blessed and affectionate teaching of Babu Maharaj, Sh. Sunder Prasadji and Sh. Jaganathji, he could make his mastery in classical Kathak dance. At the age of 11 yrs., he got gold medal by standing first in All India Kathak Dance Competition. Side by side he got training in Archery from his father, who himself was a great master of this art and had been awarded the honour of 'Modern Arjuna' by British Government in the year 1939.

At the age of 15, Gopalji started his practice in Gymnastics. Being a master in Yog-Asanas and Yogic Kriyas and having very flexible body, he could manipulate to win the gold medal in gymnastics in the very first year. This gold medal proved as a steping stone to achieve heights in the filed of Gymnastics. He won many gold, medals in different National and Inter-University Gymnastics competitions. It is in 1972, when Gopalji got an opportunity to demonstrate his excellent and masterly performance in the field of Gymnastics along with GDR Team in Delhi. He got gymnastics coaching under the guidance of Sh Sham lal Khullar, Ex-Olympian and Arjun Award Winner and Sh. Sarbeer Singh, Ex-National Champion and International Gymnast.

He passed his B.A. in 1973 from Kirori Mal College and was awarded the honour of 'Yog-Ratna' by Akhil Bhartiya Sanskrit Pracharak Mandal for his commendable services, rendered for the cause of Yoga, among the youths. In 1974, he was selected to represent India in Asian Youth Gymnastics Championship. Again the year of 1975 showered upon him with a big achievement when he got 2 gold medals and two silver medals in the National Gymnastics Championship, held at Jhansi. He passed his M.A. from Delhi University and got degree in Physical Education in 1976 from Panjabi University, Patiala. He got 56 gold medals in different fields of activities. He got degree in Yoga in 1974-75.

Gopalji is the Director of Sadhana Niketan Yogashram, established by his father Late Yogi Raj Dhyan Dharji in 1948. He is also the Secretary of Yoga Association of Delhi and Gymnastics Association of Delhi and Associate Secretary of Federation of Indian Yoga Training & Research Associations.



Yogi

Major K. K. Mehta

(Retd.)

The process of purifying, discipling the body and mind is called Yoga. It is our precious heritage. It has been receivining recognition in India and abroad. Its regular practice gives vigour, vitality and all round development of personality.

I, Dr. K. K. MEHTA was invited by "Republic of San-Marino" in June 1985 to read out my paper on "Yoga for Spinal Problems". Immediately after my lecture and demonstration, I was invited by different Countries in Europe to organize Yoga workshops and treat patients through Yoga therapy, a drugless system of treatment in addition to it. Several Seminars on Yoga topics were conducted by me.

In England, I took classes in Indian religious institutes, like Arya-Samaj and temples. I also treated patients through Yoga therapy, Nature-Cure and Solar medicines, likewise it is suggesed. If people in U. S. A. can be benefitted through my classes and vast experience in Yogic science which is an ancient heritage from the East.

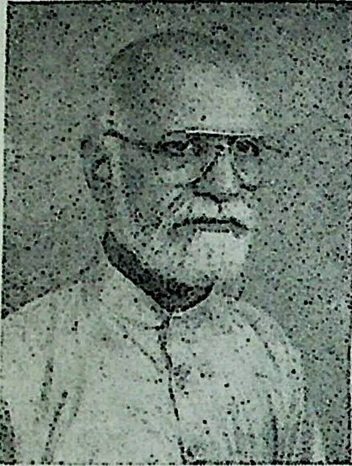
At Sagar University, I qualified in :

—Integrated Yoga and Nature-cure;
—Yoga teacher's training;
—Yoga-orientation;
—Yoga teacher's training course (Advanced)

At Himachal University. I earned a post-graduate diploma in Yoga studies.

—Conducted Yoga classes at Himachal Uuiversity;
—Organised several Yoga camps in Simla, Kulu, Manali and Maharashtra;
—Participated in the Yoga Worldwise Conference Pondicherry and submitted a paper;
—Travelled across the Himalayas and studied about yogis and their methods/-techniques;
—Being in touch with several highly qualified yogis, experienced a lot in yoga field.
—Treated a number of patients from such far flung places, such as Bareilly, Bhuj, Delhi, Ferozepur, Madras. Meerut and Simla in India and abroad.
—Peptic ulcer. Gastritis. Amoebiasis, Asthema, Diabetes, Blood-pressure, Rheeumatic Pains, Skin diseases, Nerve Exhaustion, Piles, Sciatica, Paralysis, Polio, women's diseases and Obesity.
—Submitted recently a paper on Paralysis treatment through Yoga to Sagar University;
—Participated in the Swami Pranavanand Award;
—Cured my wife of severe bronchitis;
—Increased height of children.

My approach to illness is based on the theory of fasting, Yogic exercise, dietary restrictions, scientific massage, hydrotherpy, helio-theraphy and spine-manipulation. Sensitive fingers have proved to perform mircle in recovery of my ailing patients.



Tirth Yogi

New Delhi

YOGA if practised at an early age or before one attains 50, he is assured of good health for his coming years.

I started YOGA at fairly an advanced age when all body joints become stiff due to deposits of fatty acids and old age ailments start setting in. But I was lucky enough and overcame all the preliminary hardships due to my perseverance, determination and regularity and moulded my body like a teenage lad.

I learnt yoga from none else than an eminent Swami Vidyanand who regularly appears on Punjab T.V. Doordarshan every week for the last 3 to 4 years.

Teaching yogasanas together with diet control to Diabetic patients in AIIMS has shown good regults and I have now started imparting yoga treatment to High & Low B.P. patients by regulating their diet also.

MEDITATION is interlinked with Yoga. Kundalini when awakened enhances all perceptions and the seeker undergoes tremendous change in his mental transformation. Thousands of Sadhakas are engrossed in this endeavour and awaiting the outcome of their performance. I am doing research as to whether Kundalini arousal is a natural biochemical phenomena when meditation is continuously practised or its awakening is connected only with religious rituals such as invocation of certain mantras or chants or by touch, word, or a mere gaze by a larned Guru. Jesus, Parmahansa Ram Krishna, Guru Nanak, Rasputin, Nizamuddin and many others in foreign lands had no guru and never believed in religious ceremonies and yet they were enlightened luminaries.



Yogacharya

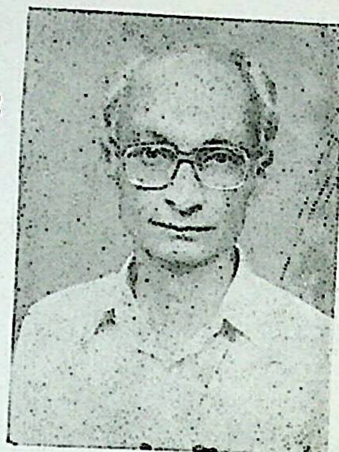
K. B. Sahasrabudhe

12, Gurudeo Society, Tilak Nagar Thane (East)
pin 400603.

1) NAME : YOGACHARYA K.B. SAHASRABUDHE
2) BIRTH : 12.12.1912. AGE : 74 Years
3) BIRTH PLACE: ADRA, BIHAR.
4) EDUCATION : Inter Science, Calcutta University.
5) OCCUPATION : 40 years Service in the S. E. Railway as Signal Inspector, Retired in 1970.
6) ACTIVITIES : Good football Player in BN Rly. Interest in Mallakhamb, wrestling, Gymnasium & Sports & Yoga.
7) YOGA TRAINING : Initiation and Yoga Training from PP Janardan Swamy, Nagpur, PP Satyanand Swamy Monger and Summer Class Yoga training one month in 1972 in Kaivalyadham, Govt. Research centre, Yoga College, Lonawala.
8) ALONG WITH SOCIAL ACTIVITIES YOGA PROPOGATION :
   a) Writing articles in Marathi, Hindi, English Magazines, weekly, Daily from Bombay, Pune, Nagpur.
   b) Member of Maharashtra state Yoga committee for 2 years, 1969 and 1970.
   c) Taking Yoga classes at different places throughout India, Nepal and Goa-7 days Yoga Camps.
   d) General guidance on good and bad health through Yoga therapy.
9) With the help of Ghantali Mitra Mandal, Thane, Yoga Teachers taught 80 prisoners in Thane Central Jail, 1975—12 Prisoners became Yoga Teachers. Maharashtra State introduced Yoga in all 30 Districts of Maharashtra with these Yoga Teachers.
10) Started Maharashtra Yoga prachar Dindi, 1983 along with Yoga Experts Datir and Ghatge and taught Scientific Yoga to 2000 Ladies and Gents in 36 Talukas and cities of Maharashtra.
11) With the recommendation of Railway Board, New Delhi, teaching Scientific Yoga in all the Nine zonal Training Railway Schools and 2 Railway Officers Training Colleges in India and other sport Centres.
12) On invitation, teaching 100 Military officers including 30 ladies in wellington (Nilgiris), South India Defence Staff College every year for a fortnight.
13) Arranged Two All India Yoga Conferences (5000 delegates) at Thane through Ghantali Mitra Mandal under the guidance of P.P. Swamy Satyananda of Monger in 1978 and 1982.
14) Arranging Yoga, Therapy Camps at Thane for obesity, Asthama, H.B.P. Diabetis, Spondilitis, SPine troubles, Nervous Debility, Heart troubles and all psychosomatic cases.
15) Teaching Yoga in Narmada Cement Factories, Bombay-Ratnagiri Office Surat and Jafrabad.

S. V. Vyavahare

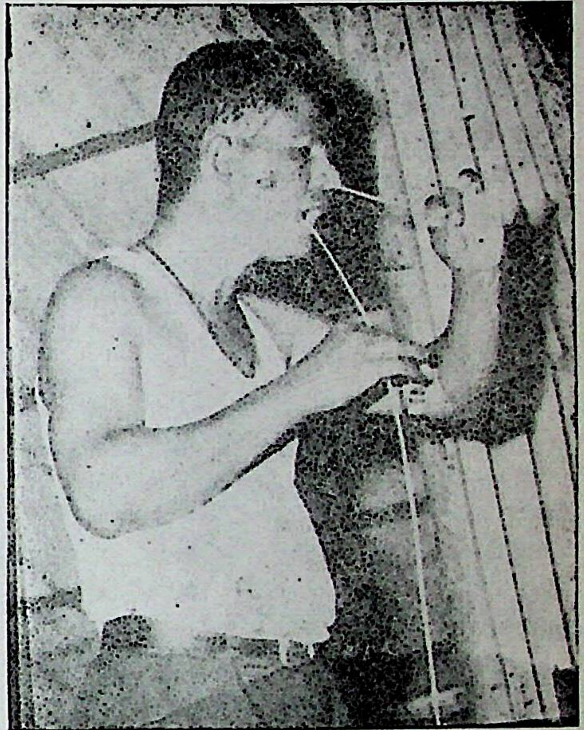
Bombay



1. **Name** : SHRIKRISHNA VASUDEO VYAVAHARE
2. **Date of Birth** : 6th November 1931
3. **Address** : Radha Niwas, Ghantali Colony, *THANE*-400 602
4. **Educational Qualifications** : Passed Inter Arts Examination in 1951.
5. **Occupation** : Service under the Government of India.
6. **Yogic Qualifications** : Completed Yoga Teacher's Training Courses of the following institutes :—
   (a) Kaivalyadham LONAVALA.
   (b) Bihar School of Yoga, MUNGER.
   (c) Indian Yoga Society. SAGAR.
   (d) Yoga Vidya Niketan, BOMBAY.
   (e) Ghantali Mitra Mandal, THANE.
7. Awarded the title of "YOGACHARYA" by Paramhans Satyanand Saraswati of Bihar School of Yoga, Munger (India) in May '78.
8. Passed in Ist Class the examination in the theory and practice of the science and art of NATURE CURE,conducted by The India Institute of Natural Therapeutics.
9. **Experience** :
   (a) Written many articles in various journals in India.
   (b) Conducted many Yoga Therapy Camps.
   (c) Delivered many lectures on Yoga.
   (d) Presented papers in—
      (i) All India Yoga Convention, Thane (INDIA)—Dec. 1982.
      (ii) International Conference on Yoga and Research, LONAVALA (INDIA) held in December 1984.
      (iii) Ist World Congress on Yoga and Ayurved—SAN MARINO Italy—June 1985.
   (e) Conducted Yoga Classes in Nepal twice in 1978 and 1979 on invitation of Nepal-India Friendship Association, Kathmandu.
   (f) Trained many Yoga Teachers.
   (g) Trained innumerable convicts in Yogic Practices and brought about complete transformation in them.
   (h) Taught Yogic Practices to physically handicapped persons to give them courage and confidence.
10. Chairman .—
   (i) All India Yoga Convention Committee, Thane.
   (ii) Samaj Seva Mandal, Thane.
   (iii) Ghantali Mitra Mandal, Thane.
11. Project-in-charge of the projects —
   (i) Yoga for Jail Inmates.
   (ii) Memory increasing classes for Students.

K. P. Bhaskara Menon

(KERALA)



2. K. P. Bhaskara Menon
   Life Villa/Life Gymnasium
   Edappally. Cochin-24.
   KERALA, Pin - 68 20 24.
3. Age and Date of birth
   48 years.
   18—12—1958
4. Educational—
   S. S. L. C., KGT Higher and Pragya (Hindi)
   Qualification
5. Nationality
   Indian
6. Occupation
   Typist (English)
7. Employer
   The Fertilisers And Chemicals Travancore Ltd., Udyogamandal, Kerala, 683 501.
8. Experience in Yoga
   Practicing Yogasanas from the year 1953 onwards.
9. Activities in Yoga
   Teaching Yogasanas from 1958 onwards to school going students, general workers as general exercise and for treatment-purpose for the patients suffering from Asthma, Diabetes, Piles, Blood Pressure etc., as requred.
   Running a Yoga training centre with Gymnasium from 10-11-1971 onwards.
10. Other details—

a) Member, Indian Yoga Society with H. Q. at Sagar University, MP.

b) Certified Judge in Yoga for the past four years in Kerala State, Acted as a judge in the 3rd' 4th aud 5th Nanional Yoga Convention and Championships conducted by rhe Federation of Indian Yoga-training and Research Associations, Calcutta-1 and the concerned State associations.

c) Hony. secretary of Kerala,Yoga Promotion Council.

d) Training Director (Hony.) of the FACT Yoga Centre, Udyogamandal.

e) Author of small book in Malayalam "Treatment of diseases like Diabetes. Piles and heart Diseases through "Yogasanas".

Srimanta Kumar Ganguly



Scientific Research Department
Kaivalyadhama
Lonavla (India)

Late Jitendra Mohan Ganguly,
Pleader - Commissioner.

Married 25-11-1942

Shimanta Kumar Ganguly was Born in 1942
Passed.

S.F.	S.S. Exam ;
B.Sc.	Burdwan Universty (W.B.);
D.P. Ed.	Kalyani University (W.B.);
T.T.C.C.Y.	Kaivalyadhama, Lonavla;
M.P.E.	Jiwaji University Gwalior (M.P.);
D.Y. Ed.	Kaivalyadhama, Lonavla.

Proficient in Hindi, English, Bengali and Marathil.

Worked as Lecturer in Yoga Kaivalyadama for M.S. Teacher's Training Certificate Course.

Professor in Yoga—Kaivalyadhhama,
G.S. College of Yoga,
Yoga Camp Org. by R.P.T.S.,
Asstt. Dir. of Research — Kaivalyadhama

4. ***Published* 24 *Popular Articles*** : In various magazines and scientific research papers :—

1. "Asian Games", Prachesta, Kalyani : Deptt. of Physical Education, University of of Kalyani. A K. Bhattacharjee (Ed.), No. 1. 1967, pp. 10-17.

2. "Development of Sports Medicine", Vyayam Vidnyara, Amravati : Degree College of Physical Education, 1974, pp. 0-16.

3. "Gandhian View of Education and Physical Education", News Bulletin. Gwalior L.N.C.P.E., 1972, pp. 5-7.

4. "High Lights of Yogic Therapy", Yoga-Yogasan. Allahabad : Shrikrishna Bhavan Cheritable Trust, 1977, pp. 74-81.

5. "History and Organisation of N.C.C.," Nabankur. Bhastara, Jajneswar Higher Secondary School, pp. 9-13.

6. "Place of Yogic Practices in School Curriculum", Pracheasta, Kalyani, Deptt. of Physical Education, University of Kalyani, 1976, pp. 1-6.

7. "Play Theory". Nabankur. Calcutta, Patipukur, Adyanatha Sikoha Mandir, 1969, pp. 59-69.

8. "Recreational and Physical Education Activities in Youth Welfare Programme", Vyayam Vidnayan, Amravati : Degree College of Physical Education, 1973, Vol. 7, No. 2. and 3, pp. 1-4.

9. "Reporting from the Physical Education Deptt." Nabankur Bhastara ; Jajneswar Higher Secondary School, 1967, pp. 59-61.

10 "Selected points on Method of Yogic Practice Teaching", Yoga Mimamsa. Lonavla K.S.M.Y.M. Samiti, 1976, Vol. XVIII, No. 2. pp. 29-36.

11. "Yogic Practices as it Appears to me now"; Yoga, Rajnandgaon : International Yoga Fellowship Movement, 1973, Vol. XI, No 8, pp. 177-179.

12. "Yoga and Youth", Yoga Vidnyan, Indor : Hari Om Yoga Kendra, 1977, pp. 23-31.

13. "Teaching Yogasana Lesson", Yoga Mimamsa. Lonavla K. S. M. Y. M. Samiti, 1978, Vol. XIX, No. 2, & 3, pp. 75-84,

14, "Yoga and its integration in Modern Education", F.O.I.Y.T. and Research, Official Souvenir, Calcutta, 1985.

***Participated in and Associated with Various Organization and Institution in Connection with Yogic Activities* :**

1. Invited by NCERT to attend the workshop held at various places in India with the task of preparing a yogic curriculum and writeup for the School going children under physical education project—A book is published by the name "YOGA ASANA" in 1983 by the same organization.

2. Conducted Yoga Coaching at N.S.N.I.S., Patiala in the year 1979.

3. Attended and read paper in a Seminar on Yoga held at Jadavpur University on July, 11th, 1982 Organised by Federation of Indian Yoga Training and Research Associations, Calcutta – 1.

4. Attended and read paper in a conference on Yoga and Research held at Kaivalyadhama on and from 28th to 30th December, 1984.

5. Conducted Yoga Camp at Bangalore, Gwalior, Calcutta, Shri Aurobindo Ashram Bal Bhavan, New Delhi.

1. Member of Federation of Indian Yoga Training and Research Association, Calcutta, 1982 onwards.

2. Member of West Bengal Physical Eduction Association, Calcutta, 1973 onwards.



Dr. (Miss) Mohini Saxena

Bhartiya Yoga Anusandhan Kendra,
Near Radio Transmission Center,
Anand Nagar, Piplani, Bhopal (M. P.)

Born on 8th September, 1950; Did M.S.C. & then ph. D. from Bhopal University, was awarded different fellowships of C. S. I. R. & U. G. C.

Yoga Activities:

Since 1972, actively engaged in doing the research work in the field of Yoga. Trying to correlate ancient Yoga with modern science. Doing research work in the field of 'Mantra Yoga'. Also doing the treatment of various diseases with the help of Yoga, ayurveda, nature cure and by giving the Energy Baths.

Attended theoretical and practical courses in different fields of Yoga and got the certificates.

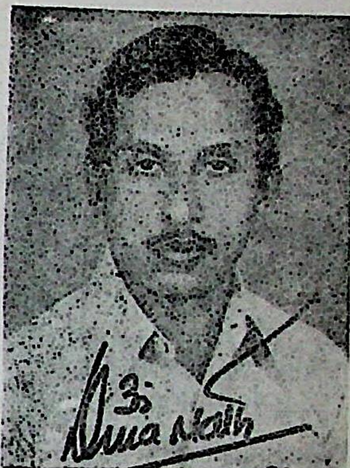
Attended International Yoga convention in Munghyr, Bihar.

Going all over India for teaching Yoga as a lady instructor.

Founder member of Bhartiya Yoga anusandhan kendra, Bhopal.

First Woman in the World who has given the practical demonstration of underground 'SAMADHI'—a state of Hathyoga in a scientific way in front of a group of scientists and also using this technique for curing various diseases.

Felicitated by Bhartiya Jyotish Parishad on the occasion of IInd All India Jyotish and Yoga Conference, Dec. 1978.



Dr. D. N. Rai

Lucknow

FIELD OF SPECIALIZATION : CLINICAL YOGA

Designation : (1) Psychologist, in the Deptt. of Psychiatry. King's Gearge Medical College, LUCKNOW-3.

Hony. Director : Kundalini Yoga Research Institute, LUCKNOW.
Hony. Secy. : Indian Societv for Clinical Yoga. LUCKNOW.
Hony. Editor : YOGACHARKA (Journal on yoga).
Education : M A. (Psychology). B. Ed., P.G.D. (Yoga), Doctor of Naturopathy. (N.D.)

Award Honours : Receipt "Yoga Siromani" Honour at the All India Conference of Yoga and Naturopathy, held at New Delhi (1983) Particulars included in 'INDIA WHO'S WHO', REFERENCES BOOK OF INDIA & OCCULT SCHOLAR IN INDIA. Appointed as External Examinar for conducting yoga Practical Examination in various yoga institutions, yogic Deptts., Hospitals & Universities.

Brief Career Summary : Learnt Technique of yoga from Swami Dhirendra Brahmachari propogated yoga in many parts of India. Used to give programmes of yoga on Lucknow Television & All India Radio. Has conducted yoga classes for IAS, Officers, Rotary Clubs, Lion Clubs Members organised classes of clinical yoga for Doctors of King George's Medical College, LUCKNOW.

Expert : Practical training on yoga & Meditation & treatment of common physical ailments & psychological disorders through the practice of yoga, Naturopathy and Psycho-therapy.

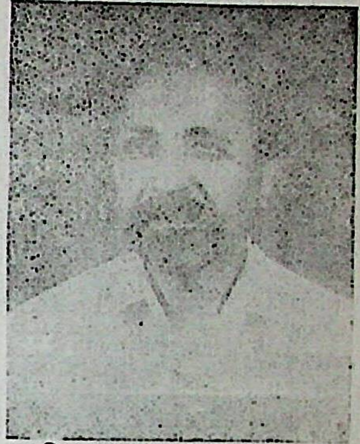


Yogacharya

Sri Ram Autar Sharma

Aligarh

Sharma, Ram Autar, Yoga Organsir Kennedy Hall, Aligarh Muslim University. Aligarh, born 8 Sept. 36 at Aligarh (U.P.); son of Late Shri H.L. Sharma Diploma in Yoga Teaching Course; Secretary. Swami Ram Tirth Mission. Aligarh, 69-71; Founded Ram Krishna Vivekanand Yoga Ashram, 71, Kust Rog Dharmarth Chikitsalaya, Rajghat, 75; Vice-President, All India Yoga Seience Association, Director, and Secretary Ram Krishna Vivekanand Yoga Ashram, Aligarh; Member; All India National Society of Prevention of Blindness; and was Lecturer of S.K. Inter College, Niwari (Meerut); Medical Artist, Institute of Ophthalmology, A.M.U., Aligarh, Examinar, Yoga Science, Saugar University 76-77; Cured many diseases through Yoga like; Asthma, mental tension Fatness, High Blood Pressure, diabetes, arthritis, spondilytis, manstrual disorder. Leucorihoca, etc., Pubis; Yoga Aur Se Nirog. Life of Swami Vivekanand: Life of Swami Ram Krishna Param Hans; Life of Swami Ram Tirth; award a Certificate of Merit for holding yoga demonstration in Aligarh; Address; Director, Ram Krishna Vivekanand Yoga Ashram. Vishnupuri. Aligarh, Telephone, Res. 5360.



Dr. R.R. Sharma
(Rishi Patanjali)

Dr. R.R. Sharma was born on 2nd October, 1943 in a Brahman Family, well versed in Yoga, at Village Rais Rana, Distt. Alwar, Rjasthan. In June, 1983 Dr. Sharma was awarded the Title of "RISHI PATANJALI" by esteemed Swami Prema Nandji.

Getting higher education in colleges and universities, he passed the degrees of M.A., D.Y. Ed., Ph. D. (Yoga), N D. (Naturopathy), Uttama (Ayurveda).

Being inspired by his grand-father to study vedic literature and to practise Yoga Sadhana in his early childhood and trying to establish yoga as complete science he engaged himself in the Yogic research and did experiments on more than 100 persons by sending them to subconscious stage and curing their diseases through Yogic shocks. He visited the various Research—Centres in India and Nepal and studied deeply, learnt practically there Yoga-based purificatory Medical Sciences—such as Yoga—Therapy, Naturopathy, Suddha-Ayurved, Naturo-Electro-Homoeopathy, Magno-therapy, Chromopathy, Acupressure. Physio-The-rapy, Psycho-Therapy, Spiritual Healing, Mani Chikitsa, Mantra Chikitsa, Shaktipat, Telepathic-The rapy, Astro-Biochemics, Astro-Palm Therapy etc.

During the period 1967 to 1971, he did Yogic Experiments at various places of Punjab, Hariyana and Rajasthan.

Time to time, he performed long Yoga Sadhanas for 40 days, 90 days, 180 days in connection with Yogic Research.

In 1975 he was appointed by Chandigarh Administration at Chandigarh (U.T.) and worked there as Yoga-Therapist and Yoga-Lecturer for three years.

For three years, since 1977, he worked as a Yoga-Lecturer and Deputy Director in International Yoga-Research and Training Centre, V.Y. Katra (J & K), Govt. of India.

He, according to his programme, visiting state to state, wents to the various places in India and Nepal to spread the message of the Yoga-Science and after returning, again engaged in spreading the message of Yoga Science in collaboration with Vishwa Adhyatmik Sangh (An International organisation).

Now he is working as a Director and C M.O., YOGA NATUROPATHY HEALTH RESEARCH HOSPITAL. MOGA—142001 (Bagh Gali), District Faridkot, Punjab, and guiding the projects of Yogic treatmet, training and Research in collaboration with Vishwa Yoga Vikas Sansthan (International organisation).



Shri Narendra Nath Sinha

Born in the year 1930 (in West Bengal), passed Textile Technology from Bengal Textile Institution serampore and then started business. He started YOGA at the age of sixteen under the guidance of a U.P. Sadhu. Selected member of All India Steel Plant Specification Committee (IPSS) for certain items under Indian Standard Institute (ISI New Delhi). He is a member of Lions Club, Serampore since 1973. He is a selected member of YOGA COMMITTEE under West Bengal Sports Council since 1983, Prisedent of Hooghly District Yoga Association since 1977 and also a member of Technical Committee of the Federation of Indian Yoga & Research Association since 1981. He is running a "Free Yoga Centre" at 89, G.T. Road, Serampore (Hooghly) for last ten years where thousand of patients are being treated for difficult chronic diseases. He has conducted Yoga Seminar at Serampore in the year 1983 & 1984 with Doctors & Specialists. In the year 1986 he attended Yoga Seminar at Amarabati, organised by Hanuman Byamagar, Amarabati



SWAMI SHYAM

Swami Shyam was born in 1924 in India, in a small village called Chandni, near Konch in Uttar Pradesh. There he grew in the natural environment that the village and its surroundings provided for him. He played in its fields of wheat and gram, green peas and sugar can, and in its gardens of mangoes and abundant berries. There he enjoyed the friendship of simple and playful children and the company of innocent animals and birds, such as horses and colts, bullocks, cows and calves, ducks and cuckoos, peacocks and nighingales. He also received the exalted association of saints and sages, as well as the presence of musicians and artists.

One day, at the age of nine, after completing his fourth class, he walked out of his house and village, and began to study outside on his own, never to return until the age of eighteen, when his father got him engaged to a simple, village girl in marriage, calling him from a far distance where he was studying commerce at K.P. Intercollege in Allahabad. He got married, but the very same day, as soon as his wife came home, he returned to his studies, completing his university degree at Kanpur. Thereafter he began work, in order to be able to look after his wife who had then joined him, and the five children to come to them, at the same time continuing the spiritual practice that had been introduced to him when he was seven by his teacher, Swami Ramanandji Maharaj of Chitrakoot. For since that tender age Swami Shyam had practiced meditation regularly, at least twice a day, and usually many more times, according to his space.



NAME: ROBERT W.EATON-BRIJENDRA

AGE: 39

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Ave., Montreal, P.Q., **Canada.**

NO.OF YEARS HATHA YOG: 21

NO.OF YEARS MEDITATION 20

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. English, Hartwick, U.S.A.
- B.A. Education, University of Victoria, Canada.
- National Honours Society, U.S.A.
- Top Scores in Graduate Record Exams, U.S.A.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Librarian, Hartwick College, U.S.A.
- Teacher of English Literature, Hatha Yog, Meditation, Patanjali Yog Darshan, Bhagavad Gita
- Editor of Swamiji's Major Works
- Writer, Song-Writer, Poet, Journalist
- Boat Owner, Commercial, Ocean-going
- Insurance Agent and Underwriter
- Produced and Marketed 2 Highly Successful Commercial Audio Tapes of my own songs.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Born in England
- University Education in U.S.A.
- 10 Years in India
- Captain of University Soccer Team
- Cross Country Runner
- Lived almost equal periods in U.S.A., Canada, India
- Numerous Poetry Symposiums in Canada
- Canadian T.V. Appearances on Yog Philosophy and Practice
- Talks at various Western and Indian Universities on Meditation

TEACHING EXPERIENCE:

- Hatha Yog 1971-74 Vancouver, Canada
- Meditation and Philosophy 1974-77 Vancouver, Canada
- Patanjali Yog Darshan, Bhagavad Gita, Meditation, 1977 to present, Kullu, India
- Leader of the first Shyam Space Centre in Vancouver, Canada 1971-72



NAME: JACK RESELS - NIRANJAN

AGE: 39

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Montreal, Quebec, **Canada.**

NO.OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.Sc. Concordia University
- Dip. Education McGill University
- M.B.A.(Marketing and Finance) McGill University

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- High School Science and Math Teacher (4 years)
- Real Estate Agent (Tax Shelter Specialist) for A.E. LePage (3 years)
- Was member of President's round table each year and in "Top 10" Sales Agents across Canada 2 years in a row.
- For last 5 years, owner and President of NORLE LTD., a very successful national importing/distribution firm of clocks and watches.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Exemplary and fulfilling Marriage of 17 years
- President of M.B.A. Class
- For 2 years, my wife and I travelled throughout Europe, North Africa, and Asia
- For 5 years have worked very closely with Swamiji in Public Relations in India
- Have written numerous articles on Meditation which were published in "Devdaaru", "Kayakalp", and "Navayuvak Mandal", in India

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Hatha Yog, Pranayam, Meditation and Patanjali Yog Darshan in Montreal.
- Have spoken at numerous university conferences both in Canada and India on the subject of Yog and Meditation.
- Sang Swamiji's Bhajans on All-India Radio (Shimla) and was interviewed on CHOM-FM Radio Station, Montreal



NAME: DANIEL L.CHERNIN - DINESH

AGE: 36

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 204 St. Peter's Rd, Sydney, Nova Scotia, Canada

ADDRESS: 204 St. Peter's Rd., Sydney, Nova Scotia, Canada.

NO.OF YEARS HATHA YOG: 16

NO.OF YEARS MEDITATION: 16

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

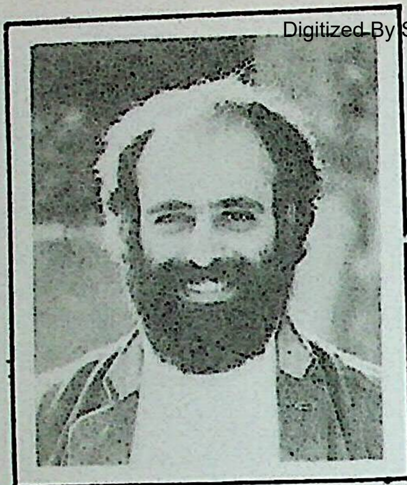
- Bachelor of Arts degree, Political Science

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Director of I.M.I., Kullu
- Director and Owner of family real-estate company, Canada
- Publisher of Swami Shyam literature
- Producer of Swami Shyam video productions

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Interviewed on Television re: Philosophy of Oneness
- Invited to speak at various universities in Canada and India



NAME: ROBERT DOUEK - RAVINDRA

AGE: 30

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 3789 Hampton Ave., Montreal, **Canada.**

NO.OF YEARS HATHA YOG: 12

NO.OF YEARS MEDITATION: 12

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in History from Concordia University, Montreal.
- Degree in Computer Software Design from McGill University, Montreal.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Manager of large importing firm - 2 years.
- Crime prevention social worker - 1 year.
- Computer Software Engineer at Canadian Marconi Co. - 2 years.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Speak 4 languages.

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught Hatha Yog, Meditation and Patanjali Yog Darshan for 4 years in Canada.
- Lectured at Concordia and McGill universities weekly for 1 year.
- Teacher of Praanayam and Patanjali Yog Darshan at the Hermitage in Kullu.



NAME: KALPANA SRIVASTAVA

AGE: 32

NATIONALITY: INDIAN

ADDRESS: c/o Swami Shyam, Kullu, India.

NO.OF YEARS HATHA YOG: since childhood

NO.OF YEARS MEDITATION: since childhood

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

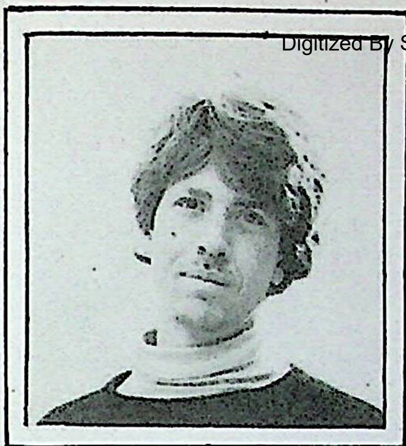
- M.A. in Fine Arts, specialization in Music and Home Science
- College Prize Winner in Music(sitar)

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Sitarist, accompanying Swamiji's songs
- Travelled to Europe and Canada on tour with Swamiji
- Eldest daughter of Swami Shyam

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Meditation and Philosophy for the last 15 years
- Teaching of Hindi and Sitar



NAME: ALKA SRIVASTAVA

AGE: 25

NATIONALITY: INDIAN

ADDRESS: Shyam Meditation Hermitage, Kullu, H.P.

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. 1st Class student throughout

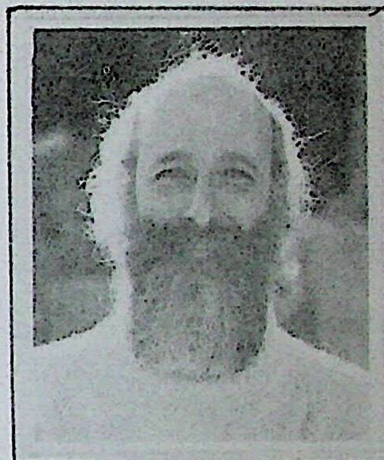
RELEVANT EXPERIENCE:

- Singer and Recording Artist of Swami Shyam's Songs. Have produced 5 tapes which are being played in India, Canada, U.S.A., South America, France, Norway, Switzerland and New Zealand
- Magazine feature articles published about me in Devdaaru and Kaya Kalp
- Youngest daughter of Swami Shyam

TEACHING EXPERIENCE:

- Lectured on Swami Shyam's Philosophy of Oneness at Lions Club and Rotary Club and at special meeting in Wellington and Auckland,
- Lectured on Swami Shyam's Philosophy of Oneness at Lions Club and Rotary Club and at special meeting in Wellington and Auckland, New Zealand
- Started a Shyam Meditation Centre in Wellington, New Zealand
- Introduced meditation technique, taught Vedant Philosophy and Swami Shyam's songs





NAME: RON TUNIS-SHAANTI AANAND

AGE: 49

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Montreal, Canada

NO.OF YEARS HATHA YOG: 16

NO.OF YEARS MEDITATION: 16

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Bachelor of Fine Arts - Pratt Institute, New York, USA

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Illustrator and graphic artist
- Animation artist and film director for the National Film Board of Canada (documentary and children's films) for 8 years
- Free-lance film director with my own production company - 17 years

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2542 Montclair Ave.,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 8

NO. OF YEARS MEDITATION: 8

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Professional Photographer, graduated first class first.

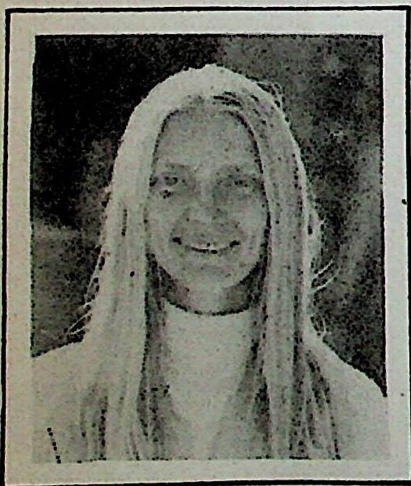
PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Free lance photographer in portraiture, advertising, wildlife photography, architectural photography.
- Taught photography at National School of Photography, Montreal

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Born into Reitman family, having clothing stores all over Canada and U.S.A. - from coast to coast
- Property owner
- Director of Investment Company.





NAME: MARY LEIBERG - MIRA

AGE: 36

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave.,
Ottawa,
Canada.

NO.OF YEARS HATHA YOG: 22

NO.OF YEARS MEDITATION: 15

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in ENGLISH LITERATURE, Loyola University, Montreal
- Scored in top 2% in North America in Creative Intelligence for University students, enabling entrance into Ivy League Universities such as Harvard, Yale, Oxford, etc.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Lecturer at Carleton University, Ottawa.
- Meditation Instructor at Carleton University.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Born on a ship in the middle of Atlantic Ocean.

TEACHING EXPERIENCE:

- Patanjali Yog Darshan teacher and expert (10 years).
- Composer of Patanjali Yog Darshan Booklet.
- Lecturer at Simla University, Kurukshetra, Kali Beri Hall, Yogoda Ashram in Central India.



NAME: BARBARA BURGESS - MANJUL

AGE: 25

ADDRESS: 2500 Mariette Ave.,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 7

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. Honours "University Scholar", Top of the Class at McGill University.
- Masters Course in English Literature at McGill University.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Poet: Publisher and Writer of 4 books.
- Librarian - 1975 to 1980.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Founder and President of the McGill Yoga and Meditation Society - 1983 to 1985.
- Member of Sangeet music group, which travelled throughout Eastern Canada and U.S.A.

TEACHING EXPERIENCE:

- Two years experience of introducing meditation techniques and philosophy of Oneness.



NAME: AVIVA ROBIBO - ABHAYA SHAKTI SHYAM

ADDRESS: 3789 Hampton Ave.,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 14

NO. OF YEARS MEDITATION: 11

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Honours B.A. in Religious Studies, McGill University
- M.A. in Philosphy of Religion, specialization: Hinduism, Concordia University

- Conducting field research for Ph.D. thesis on Guru Tradition
- Scholarship holder

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Research Assistant for 2 M.A. projects:
  1) Zionist Movements in Montreal;
  2) New Religious Movements in Montreal
- Teacher of English literature and Religion to highschool students

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Pursued a series of Fine Arts studies; drawing, painting, dance, photography
- Published poetry in numerous contemporary poetry magazines in Montreal

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Patanjali Yog Darshan and the Shrimad Bhagavad Gita, also of Hindi, and Swami Shyam's songs, stotram, sutras and other bhajans by Mira, Soordas, Kabir.
- Produced 2 audio tapes of Swamiji's bajans, distributed in India, North America & Europe
- Invited to sing and lecture on behalf of Swami Shyam at the Simla University Yog Conference in 1984 and 1986, held at the Kali Bar Hall
- Sang on All India Radio
- Lecturer on the Guru tradition

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

School Teacher for 2 years in experimental team-teaching program

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Studied in Kullu with Swamiji for 8 years
- Editor of Swamiji's "Science of Raj Yog"
- Organized the Shyam Meditation Hermitage office and libraries
- Pioneered and directed the "Shyam Swaagat Sangeet" singing group which toured in Canada and the U.S., singing Swamiji's Hindi songs
- Interviewed on radio, recorded 6 music cassettes and performed 36 concerts in 1-1/2 years
- Presently editing Swamiji's Hatha Yog book

TEACHING EXPERIENCE:

- Began first Toronto Meditation Centre, teaching Meditation and Hatha Yog
- Hatha Yog teacher for college in Quebec
- Gave talks, lectures and Yog demonstrations to students in college and university
- Director of main Centre in Montreal, gave classes in meditation, philosophy of Yog Darshan, chanting and Hindi
- Gave seminars in Meditation and chanting workshops



NAME: RETA ZELIKOVITZ - RITAMBHARA

AGE: 38

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 248 Frank St., Ottawa, **Canada.**

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. from the University of Toronto
- B.Ed. from Toronto's Teachers' College

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Teacher for five years at inner city schools in Toronto, Ontario as well as in London, England

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Travelled throughout Europe and Israel
- Lived and studied in London,England

TEACHING EXPERIENCE:

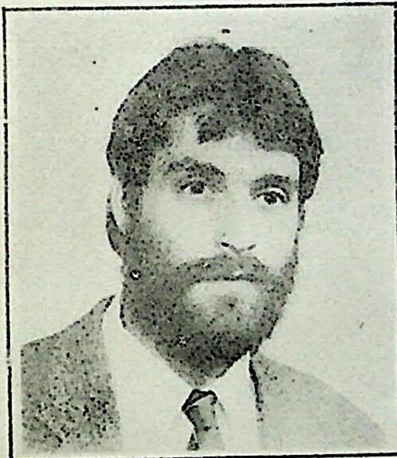
- Hatha Yog Teacher: Ottawa,Canada, U.S.A. in Florida, teaching in high schools, universities and community centres
- Meditation and Yog Philosophy classes
- Yog Workshops and weekend retreats
- Stress Relaxation Workshops
- Co-leader of two Ottawa Meditation Centres. On-going classes, satsang and intensive Sadhana were conducted for many students and friends.
- Co-leader of two Ottawa Meditation Centres. On-going classes, satsang and intensive Saadhanaa were conducted for many students and friends.



PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Counsellor of Pre-teen group at YMHA - Montreal.
- Counsellor for teenagers at YMHA Country Camp Nature Specialist.
- Experience in circulation & periodical work with several libraries.
- Gita: Sanskrit Verses in song form and philosophic content for 4 years.





NAME: MITCHELL KUSHNER - SATCHAYTAN

AGE: 29

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2190 Northcliff # 16, Montreal, **Canada.**

NO. OF YEARS HATHA YOG: 8

NO. OF YEARS MEDITATION: 13

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Bachelor of Arts (With Distinction) Concordia University, Montreal, in Physical Geography.
- Master Degree in Computer Engineering, McGill University, Montreal.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Systems Analyst for Aviation Electronics Systems (Canadian Marconi Corp.) and VIA Railway, Montreal.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Fully qualified water safety instructor and life saving expert.
- Travelled extensively in North America with father. who is a well known community and social services adminstrator in Canada and the U.S.A.

TEACHING EXPERIENCE:

- Hatha Yog Instructor.
- Held classes in Gita, Patanjali and general Vedant Philosophy in Montreal.
- Lectured for a series of talks on meditation and yog philosophy at Concordia University, Montreal.
- Co-leader and teacher at Shyam Meditation centre in Montreal.





NAME: KARUNA WRIGHT - PARVATI

AGE: 13

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave. Ottawa, Canada

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5



NAME: MARTHA RADLEY-WALTERS - MALTI

AGE: 36

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: C/o 2500 Mariette, Montreal, Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 12

NO. OF YEARS MEDITATION: 13

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

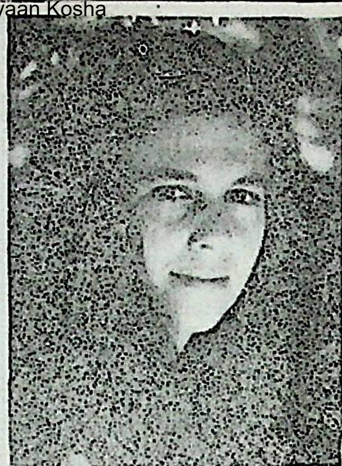
- Honours B.Sc.
- Teacher's Certificate.
- Research Virologist.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Research for the Health and Welfare Department, Government of Canada.
- Reflexology Teacher.
- High school teacher in Sciences.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Hatha Yog and Meditation teacher in Colleges, community centres, schools and privatly.
- Shyam Meditation Centre Leader, Ottawa, 2 years.
- I.M.I. teacher of speech classes, Hindi and Chanting classes.



NAME: RUTH BACAL - AATMA

AGE: 29

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2743 Park Row East, Montreal, **Canada.**

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 12

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

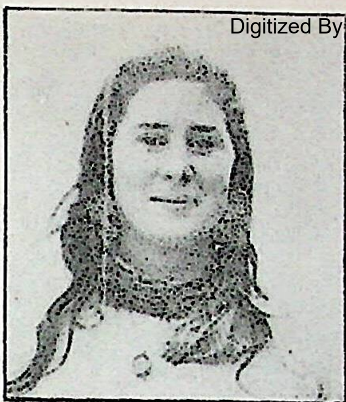
- B.A. in Comparative Religion at McGill University with Great Distinction.
- McGill Scholarship student; awarded M.A. scholarships.
- Published Article: The Experience of Real Knowledge translated into Hindi for Magazines: Dev Daaru and Is Raftor Say Badalaa Hai

TEACHING EXPERIENCE:

- Hatha Yog & Meditation teacher at Champlain College for 2 years.
- Hatha Yog & Meditation at I.M.I. Centres in Montreal.
- Guitar & Hindi Compositions of Swami Shyam.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Music - composer of songs and tunes; guitarist.
- Writer of articles regarding Philosophy of Meditation.



NAME: LINDA AIKENS

AGE: 22

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 5520 Larch St.,
Vancouver, B.C.,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 2

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Psychology graduate
- Bronze medal in swimming
- Canadian youth work/study program
- Certified health educator -nutrition/ lifestyle
- Environmental studies and wildlife preservation

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Secretary/receptionist
- Health consultant - exercise and nutrition
- Aquacultirist

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Yoga workshop instructor
- Meditation retreat organizer





NAME: JAN DALE - JAYAṆTI

AGE: 38

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 1106 Latimer St.,
Nelson, B.C.
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 15

NO. OF YEARS MEDITATION: 15

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

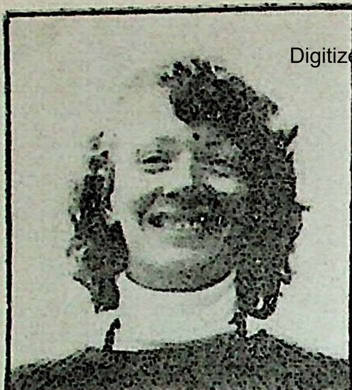
- Bachelor of Education
- Primary Education Degree(1st Class)
- 5th year Teacher Training
- Outdoor Education Leadership Certification (Outward Bound)

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Provincial Teacher Trainer in Communication Skills, Time Management, Stress Management(Workshop Leader) (Chosen one of 70 Teachers out of 30,000 for this program through British Columbia Teachers' Federation)
- Provincial Professional Development Organizer (Assists Teachers Province wide to upgrade teaching skills and curriculum design)

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Outdoor Education Leader/Trainer: Adult and Children's Programs in:



NAME: WENDY DESAUTELS-VANDANA

AGE: 38

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2540 Montclair Ave.,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 17

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Registered nurse and midwife (South Africa)

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 10 years of work in many fields of the medical profession
- Worked with heart transplant patients of the world-famous Chris Barnard
- Teacher of students in the Medical Profession
- Head Nurse of Hospital Wards

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- World traveller throughout Asia, Europe, Africa, South America discovering and unfolding the awareness of many cultures, life-styles, beliefs and customs.

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Hatha Yog & Meditation at I.M.I.. Centers in Canada



NAME: ROBYN JARDEN - PRAGATI

AGE: 26

NATIONALITY: NEW ZEALANDER

ADDRESS: Greenhill,
Main Road North,
Waikanae, N.Z.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 7

NO. OF YEARS MEDITATION: 5

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Qualified journalist

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Journalist and photographer on Thames Valley Gazette, New Zealand
- Correspondence reporter from Israel to New Zealand

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Athletics Champion
- Horse-riding Champion
- Christian Missionary
- Travelled throughout Europe, Israel, and Egypt
- Representative of N.Z. in Israel to study and compare cultures.

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Patanjali Yog Darshan and Bhagavad Gita



- Teaching Certificate in adult education.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 5 years in New Zealand working with underpriviledged and handicapped children.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- World travelled, meeting and studying with meditation teachers Joshu Sazak Roshi, Swami Muktananda.
- Neice of Robert C. Macaulay, millionaire, friend of Mother Teresa, Ronald Reagan, and president of 'Americanese Foundation' which has donated billions of dollars to crisis areas in Vietnam, Ethiopia, Poland, South America.
- Worked with Mother Teresa (Nobel Prize Winner) in her children's homes and Homes for the Dying in Calcutta at Bangalore.
- Mother of one daughter who met Swami-Ji when she was four years old.

TEACHING EXPERIENCE:

- In Ottawa, Canada taught private seminars in Meditation & Hatha Yog.
- Taught Creative Thinking & Meditation to school children in alternative schools.
- Classes and weekend seminars through Ottawa School Board: Creative Thinking, Self-Confidence, Stress Management

NAME: ELAINE DESMARAIS- TURYA

AGE: 31

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 50 Old Burnamthrope Rd.,
Etobicoke,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 12

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- M.A. in Comparative Religion, Concordia University, Montreal.
- B.A. in Library Science, Concordia University, Montreal.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Sales person for Lotus Perfumes Inc. British Columbia, Canada.
- Secretary (Typist, etc.)
- Teacher and lecturer in Universities on Yog & Meditation.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Member of musical group "Sangeet" that toured Canada playing songs and speaking on meditation.
- Interviewed on radio and television.
- Performed at Palais de Congress in Montreal.

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught Hatha Yog since 1977 (9 years) at schools and educational institutions.
- Lecturer on Meditation at various universities including McGill University, Montreal.
- Teacher of Hindi Language, guitar, and eastern philosophy.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 14

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A., Honours Religion, Magna Cum Laude, Concordia (1979)
- M.A., History and Philosophy of Religion, Specialization: Hinduism, Concordia (1981)
- Ph.D. Candidate, Kurukshetra University, Kurukshetra, India (1985-)
- Shastri Indo-Canadian Institute fellowship received to study Hindi at McGill University (1979)
- Shastri Indo-Canadian Institute fellowship received to do a case study of Swami Shyam, his philosophy, and his ashram (1981-83)
- A paper, "Cultural Judaism, A Case Study", was presented at a Learned Society Conference in Montreal (1980)
- Concordia University, Dept. of Religion and Sociology, Research Assistant (1979-80): Research conducted on Jewish religious institution and the beliefs and practices of marginal synagogue attenders in Montreal. (1980-81): Research conducted on new religious movements in Montreal, specializing in those of the Hindu and Buddhist traditions.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- E.O.M. Youth Clinic, Mtl.- Detached worker - crisis intervention with youth, preparing clinet's charts, follow-up, rounds with staff.
- Research at Vanier College: Yog and Meditation classes given to psychiatric out-patients.
- Articles published in Indian journals, "Devdaaru" and "Kayakalp".
- Classes/Lectures on Yog, Vedant, and Meditation offered at the following institutions:
- Mental Hygiene Institute, Montreal
- Programme Alternatives, Montreal
- Vanier College, Montreal
- Concordia University, Montreal
- Canadian National Railways,Montreal
- Himachal Pradesh University, Shimla
- I.M.I. Centres, Montreal
- Kali Bari Hall, Cecil Hotel, Raj Bhawan, A.I.R. Ram Mandir, Shimla
- Classes in "Shyam Vedanant" (The Philolosphy of Swami Shyam) and a "Survey of Indian Philosophy" offered at the Kullu Hermitage





NAME: SHEILA WRIGHT - ARCHNA

AGE: 37

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave.,
Ottawa,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA HOG: 8

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION & QUALIFICATION:

- Honours B.A. in Philosophy (first class with scholarship)

1979-1986 - Management Consultant and Staff Development Trainer. Clients included: Junior and senior Management from many government departments and private industry; RCMP officers and provincial police officers; High School Teachers; High School students (group of 50 to 250).

Main subject areas were assertiveness training, time management, stress management and communication skill. During these 7 years I gave hundreds of workshops, using meditation as the basis. For one workshop I would receive $500 to $2000.





NAME: PETER FOLLETT - PEEYUSH

AGE: 32

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 33 Garnock,
Toronto,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 5

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- CEGEP degree in Arts, & Pure & Applied Science.
- Music degree, McGill University Jazz studies with Art Meisty (Concert Pianist with Montreal Symphony Orchestra).
- Studied Indian Music with Rooshikoomar Doanda, a disciple of the father of Aliakbar Khan.

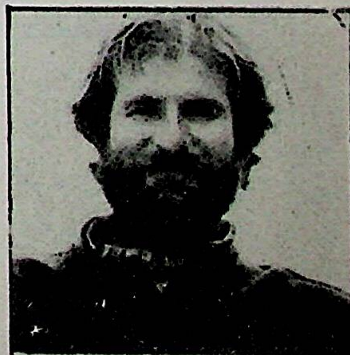
PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 13 years as professional musician.
- Performed in live concerts in the Caribbean and North America with top Canadian performers.
- Appeared on television and radio nationally across Canada.
- Studio work in Toronto and New York with top musicians and producers including recordings by Murray McLuchlan, Sesame Street.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Worked as a child care worker for the mentally retarded.
- Teacher of guitar to children aged 7 - 12 in various community centers.
- Private guitar teacher - 20 years.
- Music teacher in various colleges.





NAME: MICHAEL BROWNSTEIN
MANJEET



NAME: GISELA JANOWSKI - SANGEET

AGE: 39

NATIONALITY: GERMAN

ADDRESS: Engelswisch 9
2400 Lubeck, Germany.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 13

EDUCATION & QUALIFICATIONS:

- M.D. Specialist in Psychiatry & Neurology & also Psychotherapy.
- Studied Roger's client-centered psychotherapy & Freudian Psychoanalysis.
- Wrote articles for a variety of conferences and congresses representing different kinds of psychotherapy.
- Member of the Freudian Balint Institute
- Business Professional.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Worked for 6 years at different hospitals in surgery, psychiatry, neurology.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Active in the following organisations:
  - rehabilitation of mentally ill patients
  - physicians against nuclear war.



NAME: LAURETTE DESAUTELS - LEELA.

AGE: 44

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave.,
Ottawa,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 18

NO. OF YEARS OF MEDITAION: 16

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

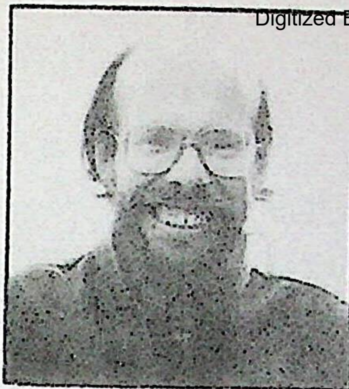
- Honours B.Sc. in Neurophysiology.
- 2 years Medicine - Paris, France.
- High School Teaching Certificate.
- Diploma in Counselling.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- High School Teacher, 5 years:
  - Biology, Chemistry, Science
  - Yog and meditation to teachers and students.

TEACHING EXPERIENCE:

- Several years as Meditation Centre leader in Ottawa.
- 14 years - Led satsang, gave classes in Yog, meditation and Bhagavad Gita.



NAME: HAROLD BRECK - SHANKAR

AGE: 38

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Avenue,
Ottawa,
Canada.

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

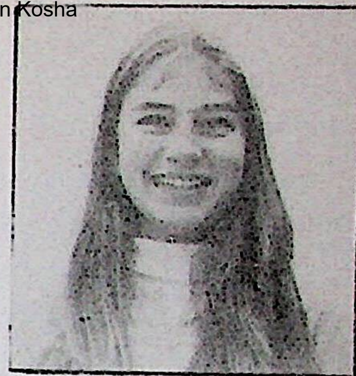
- Hons. B.A. College of Letters (Magna cum Laude) Wesleyan University
- M.A. in English, York University

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Taught Stress Management and Creative Thinking Courses for:
  - Ottawa Board of Education
  - Royal Ottawa Hospital
  - Canadian Government
  - North South Institute
  - Ottawa University
  - Canadian College of Natural Healing
  - Other agencies

TEACHING EXPERIENCE:

- Centre leader for Shyam Meditation Centre in Ottawa for 8 years
- Meditation & Hatha Yog Teacher



NAME: SACHNE KILNER - ROOPA

AGE: 14

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 1106 Latimer St.,
Nelson, B.C.
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 9

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Completing high school education with qualified teachers in Kullu.
- Musician
- Singer

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Met Swami Shyam at age three days
- Spent last 5 years in Kullu, studying with Him.
- Came to Kullu at age 9.
- Studying Vedant Philosophy under the guidance of Swami Shyam.
- Whole family studying and meditating with Swami Shyam for 14 years.

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of guitar and Swami Shyam's poetry set to music.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Xerox Canada - Account Executive-handled such accounts as the Royal Bank, Canadian National Railway, Katimavik, Canadian Pacific Consulting, O'Keefe.
- Top 10% of the Sales Team consistently
- Tall Grass Technologies: Eastern and Central Sales Manager for a computer hard disk company grossing $15,000,000 a year in sales - responsible for 25% or $3,750,000 in sales accounts: Federal Government (All), National Bank of Canada, R.C.M.P., etc.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Member of a singing, chanting group formed by Swami Shyam, known at home and abroad as Swagat Sangeet
- Formerly a student with the Canadian National Ballet
- Former Freelance Fashion Model
- Gold and Silver medallist for swimming and diving(local) competitions

TEACHING EXPERIENCE:

- Teaching of Philosophy and Meditation regularly for 2 years





NAME: KARAN DOROTHY FYFE - KEERTI

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 1230 Rolland Ave.,
Verdun,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 15

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Top ten award winner in early education
- Business secretarial certificate from Sir George Williams University
- Fine Arts certificate from Ecole des Beaux Arts and Institute Allende, Mexico

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Secretary at the Montreal Institute for the Blind
- Secretary for a pharmacists co-op.
- Technician for Douglas Hospital.
- Sculptor in the U.S. and Virgin Islands with exhibitions throughout the West Indies

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Lived 2 years in Mexico
- Travelled extensively throughout Mexico, North America and the West Indies
- Particant in World Chess Olympics in France

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Bhagavad Gita
- Teacher of meditation and Hatha Yog in Canada and India



EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. English Literature Programme, Sir George Williams University

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Traffic Manager for large Texile Firm, Montreal
- Councellor for Telephone Crisis Aid Center
- Volunteer teacher in a school for Deaf and Retarded Children

OTHER RELEVANT EXPREIENCE:

- Author of two books; one book of poetry and one book based on spiritual discovery and years of world travel.
- Guitarist and singer
- Performing artist
- Interior Decorator

TEACHING EXPERIENCE:

- Hindi Language teacher for six years
- Teacher of Bhagavad Geeta
- Teacher of Swami Shyam's chants and bhajans



NAME: BRUCE STARZENSKI - BRAHM PRAKASH

AGE: 36

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette,
Montreal, Quebec,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 5

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. McGill (Philosophy)
- B.A. in Architecture, Carleton
- Masters in Architecture, Architectural Association London, England (Architectural Philosophy)

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Dycon Petroleum, London, England (Each Trader Made $1,000,000 the year I was there)
- PMO/PCO Task Force on Government's Priorities



NAME: ELIZABETH MORRIS-URVASHEE SAAKSHEE

AGE: 33

ADDRESS: 33 Garnock,
Toronto,
Canada.



NAME: KEVIN HARMER- INDRAJAALI

AGE: 30

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: C/o Lionel Kilner,
Nelson, B.C.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Graduated from Secondary School 1st class 1st
- Completed B.A. Sociology, University of Winnipeg 1st Class 1st
- Holder of numerous scholarships, including nomination for Rhodes Scholarship

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Community Recreation Director and Youth Co-ordinator
- Leader of 1983 Indo-Canadian Youth Exchange Program (with NCC)
- Hotel Manager & auditor
- Professional Pupeteer, Juggler
- Journalist, Editor

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Travelled to over 50 countries
- Certified Fitness Instructor
- Organizer of numerous conferences, seminars and symposiums on Art, Music, Poetry, Sports, Fitness and Philosophy

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught Hatha Yog for 5 years
- Yoga Correspondant for Manitoba Yoga Association
- Editor of One without a Second by Swami Shyam
- In process of editing a book of 50 of Swami Shyam's short works (Essential Yog) with Soorya
- Created a meditation group in Manitoba, did seminars, appeared on T.V. presenting Swami Shyam's Gita.





NAME: DEBORAH FEINSTEIN-CHAYTNA

AGE: 31

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 521 Hadden Drive
West Vancouver, B.C. Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOGA: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

Leader of satsang in several meditation centres in England



NAME: CHERYL EILEEN LANE-LALITA

AGE: 37

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 777 Queen St.W.,
Toronto,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 12

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Professional artist

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Owner of boutiques in Montreal and Vancouver
- 5 Years of teaching arts and crafts and creative dance in various Institutions throughout Canada & United States

TEACHING EXPERIENCE:

- Stress Management and Meditation in Vancouver



NAME: AMY BERLIN - TRIPURA SHAKTI

AGE: 29

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2473 Park Row East,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 6

NO. OF YEARS MEDITATION: 3

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A., First class honours, Middle Eastern studies
- B.C.L. (Civil Law), Ranked second in graduating year (100 students) and awarded 11 scholarships and awards during law school, including travelling scholarship to pursue studies in France
- D.E.A., Juriprudence (Legal Philosophy), completed first year of Doctoral Degree Program at the Sorbonne, Paris
- LL.B. (Common Law), ranked first in graduating class and awarded prizes by Chief Justice of the Supreme Court of Canada and by the university

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

Worked for one year at the largest law firm in the province of Quebec (sixth largest in Canada)

NO. OF YEARS MEDITATION: 3

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in Economics, with Great Distinction from Mc Gill University, Montreal, Canada
- Newcomen Award Winner in Economic History
- Master of Arts Degree in progress from Mc Gill University

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Manager of the tour operation division of a large Canadian Travel Agency
- Manager of a second Canadian Travel Agency
- Insurance Brokerage
- 2 years as a Teaching Assistant (Department of Economics, Mc Gill University)



NAME: DELLORES ANNE O'CONNOR - DAYAALUTAA

AGE: 26

NATIONALITY: NEW ZEALAND

ADDRESS: 4 Thompson Tce Manurewa, Auckland, New Zealand

NO. OF YEARS HATHA YOG: 8

NO. OF YEARS MEDITATION: 8

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Bachelor of Science in Plant Pathology and Ecology
- Diploma in outdoor education and several leadership awards in the field of guiding adolescents in mountain and forest pursuits
- Diplomas in several systems of healing such as aromatherapy and applied kineosology

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Four years teaching science, outdoor education and creative use of leisure time
- Organizer of public awareness sessions on Conservation and alternative living/higher consciousness issues
- Two years experience as an editor of books and articles by Swami Shyam and other writers using advanced word processors and other computer systems.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Extensive travel throughout Australasia, South East Asia and Europe
- Experience with many systems of meditation such as T.M., Tai Chi Chaur and Dhyam Dhyaan
- Experience as an actress & debator-appearing in a number of productions in New Zeland
- Published a number of articles and poetry in several magazines and newspapers
- Have arranged and co-produced several chanting tapes; singing and playing guitar

TEACHING EXPERIENCE:

- Organizer and co-leader of several seminars on meditation and vedant philosophy

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Bachelor's Degree in Nursing Science Registered Nurse
- Degree in Management Accounting - Certified Management Accountant

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Registered Nurse in General Hospital and community for 4 years
- Accountant and member of Board of Directors for community nutrition and health organization - 2 years
- Controller/Office Manager for leading electronic distributor and franchising firm. - 3 years

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Hatha Yog, Praanayam and Meditation and Vedant Philosophy since 1983, both in the community and privately
- Leader of Meditation Centre in Montreal

NAME: DIANE SAMULSKI- JHARANAA

AGE: 31

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave.,
Ottawa,
Canada.

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Commercial Jazz & Educational Music Degree, Capilano College, Vancouver
- Gestalt Therapy graduate - Toronto School of Gestalt and Vancouver School of Gestalt

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Studio Professional Singer(producing albums)
- Cultural Instructor (Helping foreign students integrate into Canadian culture)
- Business Manager/Owner (3 years)

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Travelled in Europe, Asia, U.S.A., England, Canada
- Violin Accompanist (7 years)
- Cross-Country Skiing and Triathelon speed-swimming
- Community Volunteer work (helping under-priviledged people)

TEACHING EXPERIENCE:

- Singing Teacher
- Meditation and Yoga Teacher

NAME: BERNICE LAPEDIS-SARASWATI

AGE: 58

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 3789 Hampton Ave.,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A.(Dean's Honour Roll) Concordia University
- E.D.D.A. Certificate (Expanded Dental Duty Auxilliary); McGill University

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Secretary-Treasurer of Sidepal Corporation
- Dental Hygienist
- Dental Clinic Supervisor

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Wife of renowned Dental Surgeon
- Mother of 3 children

Professional dance training (ballet, ballet jazz, modern jazz, contemporary) in France, Montreal, U.S.A., British Colombia.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Wide scope in field of performing arts since age 15, including poetry, theatre, dance, staging, choreography
- Teacher of dance since age 15
- Meditation and Hatha Yog Instructor to Performing Artists

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Creative living (3 years in small village in S.France), studying the application of art to daily life, simple living and harmony with nature.
- First exposure to meditation through Zen in Paris

TEACHING EXPERIENCE:

- Hatha Yog
- Transcendance: An inner approach to movement
- Chanting through IMI Centers Songs of Swami Shyam
- Stress Management through Meditation: Practical Application of Meditation in modern life. Text: Why Meditation by Swami Shyam



NAME: VALDIS EKS-BALRAM GARUDH

AGE: 36

ADDRESS: 33 Garnock Ave., Toronto, **Canada.**

NO. OF YEARS HATHA YOG: 13

NO. OF YEARS MEDITATION: 13

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.Sc. Architecture, Mc Gill University, Montreal
- B. Architecture, Mc Gill University, Montreal

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Have participated in all aspects of architectural practice with final status as Job Captain/Project Manager. Types of Buildings-schools, churches, office buildings, recreational facilities, houses etc.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Artist - exhibited work across Canada and internationally
- Man and His World - Ethnic Mosaic Pavillion
- Building Management - Helped develop and taught use of building maintenance management systems for government

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught Hatha Yog Meditation, Philosophy in Toronto Centre
- Presented talk to the Latvian Architects' Association entitled Viswarkarman, the Cosmic Architect discussing meditation, Vedant Philosophy and creativity

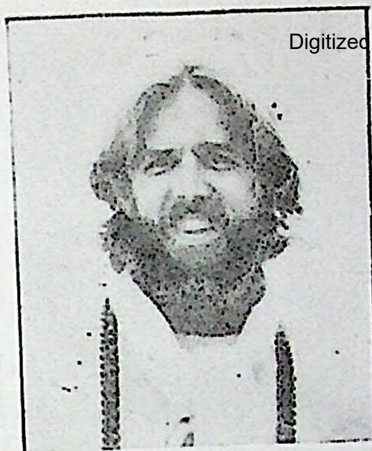


NAME: PATRICIA HENDRICK - PRIYAATMA

AGE: 31

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2540 Montclair Ave., Montreal, **Canada.**



NAME: STEPHEN AITKEN - SHIVNATH

AGE: 33

NATIONALITY: CANADIAN

NO. OF YEARS HATHA YOG: 12

NO. OF YEARS MEDITATION: 12

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.Sc. (Science degree)
- Architectural Training
- Fine Arts - Queen's University Kingston, Ontario, Canada
- Real Estate Training and Property Management Program, Ottawa, 1986

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 7 years as a scientific illustrator with various Government Depts.: Agriculture Canada, National Museum Natural Sciences
- Exhibited in Ottawa, Montreal, Toronto - Museum Displays touring across Canada
- Owner and Manager of Rental Income properties in Ottawa, Canada - 24 apt. units.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Visited Kullu to study with Swamiji in 1979-1980. Lived in Kullu 1981-1984.
- Bought a house, renovated it and established a meditation centre.
- Performed with Swaagat Sangeet in concerts in Ottawa, Montreal and New York state singing Hindi songs of Swamiji
- In Ottawa Centre conducted regular morning and evening satsangs and large group satsangs weekly. The Centre served to spread the teachings of Swamiji, in the form of books, tapes, videos and short writings to all those who were interested in Yog and Meditation.

TEACHING EXPERIENCE:

- Shyam Meditation Centre leader, Ottawa, 1984-1986.
- Taught introductory, intermediate and advanced Meditation courses, using Bhagavad Gita, Patanjali, Vivek Chudamani, Hindi songs of Swami Shyam, Pranayam and Hatha Yog.



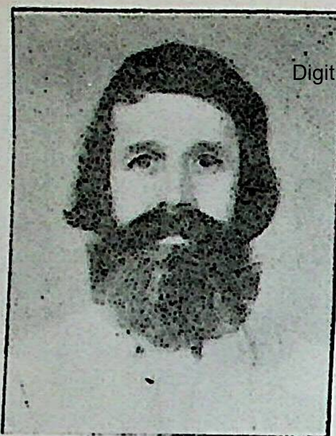


NAME: RHONDA HIMES - SHAARDA

AGE: 29

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette,
Montreal, Quebec.
Canada.



NAME: PIERRE SCHENK - PRAYM NATH GATISHEEL

AGE: 48

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Ave.,
Montreal,
Canada.

NO.OF YEARS HATHA YOG: 15

NO.OF YEARS MEDITATION: 15

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Studied Graphic Design at Hoehere Fachschule Fuer Angewandte Graphic, Nurenberg, Germany.
- Studied Painting and Sculpture at Academy of Fine Arts, Nurenberg.
- Studied Philosophy at Alexander University, Erlangen.
- Studied Architecture at Beric SA, Geneva, Switzerland.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Worked in Design Studio in Montreal.
- Graphic Design & Esthetic Supervisor for the International Exhibition - Man & His World - Montreal, 1967.
- Owner of design studio and advertising agency in Montreal. Produced designs, logos, advertising campaigns and ads for major international firms.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Evolved new art form as result of meditation.
- Designer of numerous Shyam publications.
- Designer of several buildings at the Shyam Meditation Hermitage in Kullu.
- Author of philosophic thoughts and writer of poetry.
- Married to an international artist and designer.

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught meditation technique, asans and Vedant Philosophy at I.M.I. Headquarters in Montreal.





NAME: SHELAGH CHARLES - PAVITRA

AGE: 29

ADDRESS: 2500 Mariette Ave.,
N.D.Z. Montreal.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 15

NO: OF YEARS MEDITATION: 13

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Executive and Legal Secretary.

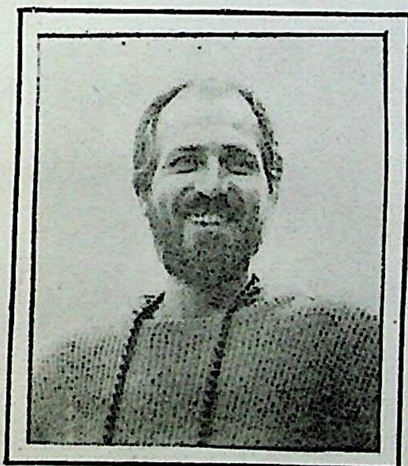
- Executive Co-ordinator for president of radio station.
- Musical recording artist.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Met Swamiji at age of 17.
- Publisher of 7 of Swamiji's song-books in Hindi and English.
- Song Tapes internationally distributed.

TEACHING EXPERIENCE:

- Stress Management for executives - Vancouver.
- Hatha Yog & Meditation YMCA - Montreal.
- Meditation/Hatha Yog to Psychiatric Patients for rehabilitation Program.
- Gita and Hindi Chanting at centres in Canada and in Kullu.



NAME: RICHARD BENZ - PRASANN KUMAR

AGE: 39

NATIONALITY: SWISS

ADDRESS: Blumenweg 8
6000 Luzern
Switzerland

NO.OF YEARS HATHA YOG: 15

NO.OF YEARS MEDITATION: 19

EDUCATION & QUALIFICATIONS:

- Doctor of Homeopathic Medicine.
- Doctor of Acupuncture.
- Doctor of Naturopathic Medicine.
- B.Sc. in Psychology.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Practising Doctor of Homeopathy, Acupunture & Naturopathy for 10 years.
- Teacher of Homeopathy for 5 years in Switzerland.

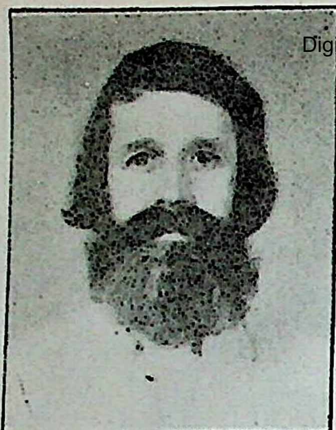
OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Married with 2 children ages 6 and 8.
- Travelled extensively in Europe, Asia and America.

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Meditation & Spiritual Life in Switzerland for 14 years.
- Published Writer & Publisher of Essays on Meditation and Spiritual Consciousness in German.
- Founder of the Prasann Kumar Ashram in Switzerland under the guidance of Swami Shyam.

German Translator -
1) Songs and Poetry by Swami Shyam.
2) Patanjali Yog Darshan by Swami Shyam.
3) Why Meditation by Swami Shyam.



NAME: PIERRE SCHENK - PRAYM NATH GATISHEEL

AGE: 48

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Ave., Montreal, **Canada.**

NO.OF YEARS HATHA YOG: 15

NO.OF YEARS MEDITATION: 15

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Studied Graphic Design at Hoehere Fachschule Fuer Angewandte Graphic, Nurenberg, Germany.
- Studied Painting and Sculpture at Academy of Fine Arts, Nurenberg.
- Studied Philosophy at Alexander University, Erlangen.
- Studied Architecture at Beric SA, Geneva, Switzerland.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Worked in Design Studio in Montreal.
- Graphic Design & Esthetic Supervisor for the International Exhibition - Man & His World - Montreal, 1967.
- Owner of design studio and advertising agency in Montreal. Produced designs, logos, advertising campaigns and ads for major international firms.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Evolved new art form as result of meditation.
- Designer of numerous Shyam publications.
- Designer of several buildings at the Shyam Meditation Hermitage in Kullu.
- Author of philosophic thoughts and writer of poetry.
- Married to an international artist and designer.

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught meditation technique, asans and Vedant Philosophy at I.M.I. Headquarters in Montreal.





NAME: SHELAGH CHARLES - PAVITRA

AGE: 29

ADDRESS: 2500 Mariette Ave., N.D.Z. Montreal.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 15

NO: OF YEARS MEDITATION: 13

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Executive and Legal Secretary.

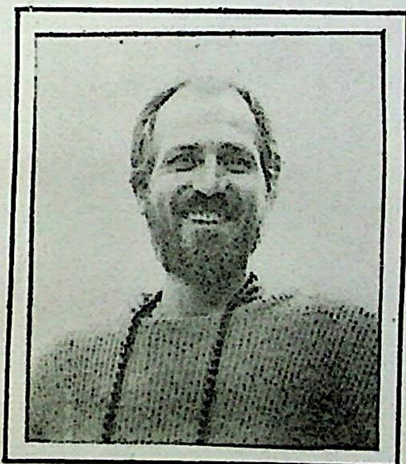
- Executive Co-ordinator for president of radio station.
- Musical recording artist.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Met Swamiji at age of 17.
- Publisher of 7 of Swamiji's song-books in Hindi and English.
- Song Tapes internationally distributed.

TEACHING EXPERIENCE:

- Stress Management for executives - Vancouver.
- Hatha Yog & Meditation YMCA - Montreal.
- Meditation/Hatha Yog to Psychiatric Patients for rehabilitation Program.
- Gita and Hindi Chanting at centres in Canada and in Kullu.



NAME: RICHARD BENZ - PRASANN KUMAR

AGE: 39

NATIONALITY: SWISS

ADDRESS: Blumenweg 8
6000 Luzern
Switzerland

NO.OF YEARS HATHA YOG: 15

NO.OF YEARS MEDITATION: 19

EDUCATION & QUALIFICATIONS:

- Doctor of Homeopathic Medicine.
- Doctor of Acupuncture.
- Doctor of Naturopathic Medicine.
- B.Sc. in Psychology.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Practising Doctor of Homeopathy, Acupunture & Naturopathy for 10 years.
- Teacher of Homeopathy for 5 years in Switzerland.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Married with 2 children ages 6 and 8.
- Travelled extensively in Europe, Asia and America.

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of Meditation & Spiritual Life in Switzerland for 14 years.
- Published Writer & Publisher of Essays on Meditation and Spiritual Consciousness in German.
- Founder of the Prasann Kumar Ashram in Switzerland under the guidance of Swami Shyam.

German Translator -

1) Songs and Poetry by Swami Shyam.
2) Patanjali Yog Darshan by Swami Shyam.
3) Why Meditation by Swami Shyam.

AGE: 31

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 3641 Cameron St., Vancouver, B.C. **Canada.**

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. Queens University - Summa Cum Laude.
- M.D. Queens University - Gold Medalist in Medicine, recipient of Leonard Wells and Susan Near Scholarships for Academic Excellence.
- Fellow of the Royal College of Physicians (Canada).
- Diploma in Psychoanalysis, University of Toronto.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Assistant Professor of Psychiatry, University of British Columbia.
- Director of Psychotherapy Clinic, Shaugnessy Hospital, Vancouver, B.C.
- Director of Vancouver Psycho-analytic Psychotherapy Association.
- Director of Training - Group Psychotherapy Association of B.C.
- Private Secretary of Psychiatry - Vancouver.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

Member of:

- Canadian Psychiatric Association
  American Psychiatric Association
  Canadian Group Psychotherapy Assn.
  British Columbia Medical Association
  Royal College of Physicians and Surgeons of Canada.
- Numerous publications in national and international medical and psychiatric journals.
- Presented numerous local and national lectures.
- International Talks: - American Psychiatric Association Conference 1983 - World Congress of Psychiatry in Vienna Austria, 1984 - First International Conference on Grief and Bereavement in Jerusalem, Israel, 1985.
- Happily married to Dr. Leslie Anderson, also a psychiatrist.
- Concert clarinet player who performed for 3 years with the Ottawa Civic Symphony.
- Championship tennis player, skier, windsurfer, marathon runner.

TEACHING EXPERIENCE:

- 3rd year Medical students - course on interviewing techniques.
- 4th year Medical students - clinical skills in psychiatry.
- Family Practice Residents - management of psychiatric disorders.
- Psychiatric Residents -
  1st year - Psychoanalytic Psychotherapy
  4th year - Group Psychotherapy
  all years - interviewing techniques
- Toured the Province of British Columbia giving seminars to doctors on management of emotional problems in their patients.



NAME: ARLENE KEZWER - PRAYMA

AGE: 35

NATIONALITY: USA & CANADIAN

ADDRESS: 33, Garnock, Toronto, Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 14

NO. OF YEARS MEDITATION: 7

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. Honours in English and Psychology

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Pre-school Teacher.
- Office Manager for Advertising Co.
- Self-Employed Free Lance Secretary.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Volunteer Social Worker in Cultural Enrichment Program in black ghetto in Jacksonville, Florida.
- Manager of Health Food Co-op in Gainsville, Florida.
- Manager of Vegetarian Kitchen on an Israeli Kibbutz.
- Travelled widely through Europe, North Africa and India.

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught meditation while living in Toronto.
- Taught chanting and led weekly satsang sessions.



NAME: SUSAN COWAN - KAANTI

AGE: 39

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave., Ottawa, Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 8

NO. OF YEARS MEDITATION: 6 1/2

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in Anthropology.
- Arctic Explorer and Writer.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Program Research - CBC TV.
- Free lance journalist - Canadian Arctic Producers.
- Communications - First Inuit Women's Pan-Arctic Conference.
- Co-ordinator - First and writer - various Northern publications.
- Author - "We don't live In Snow Houses Now" : a Canadian best seller in English, French and Eskimo
- Executive Director - Baffin Region Inuit Association.
- Consultant - Canadian Department of Northern Affairs: Socio-Economic and Environmental Effects of Hydro-carbon and Industrial development on Canadian Arctic.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Travelled - North America, Europe, South East Asia, India.
- Speak three languages - English, French and Eskimo.
- Member of Editorial team of Swami Shyam's Bhagavad Gita and other writings of Swami Shyam.
- Author and publisher of "The Shyam Solution".

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Studying in Kullu with qualified teachers.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Has travelled all over the world.
- Met Swami Shyam at age 4, and studied with Him in Kullu for 5 yrs. Has done a lot of art and made posters and paintings on commission.

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught meditation to fellow students at school in Canada.



NAME: JOAN COMBDON

AGE: 26

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: Cornerbrook, Newfoundland.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 2

NO. OF YEARS MEDITATION: 7

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. (Honours) Anthropology/Achaeology
- Theatrical Arts Diploma
- Experiential Education/Popular Education Training

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Publication Co-ordinator, Parks Canada for two National Archaeological Publications.
- Restoration Supervision for one of Canada's Archaeological Excavations.
- Regional Co-ordinator for a National Youth Progress

  Development Education Regional Co-ordinator for Canadian Crossroads International, and international development program: volunteer position.
- Experience on a Cree Indian Reservation in Northern Alberta, Canada

TEACHING EXPERIENCE:

- Worked for a summer on a touring puppet show which gained National recognition in Canada.
- Taught Life Skills at the Apana School for the Handicapped-Bangalore India.
- Formed a Company - L.E.A.D. "Leadership Education and Development" to give leadership training seminars for youth aged 17 - 20.



NAME: IRMA BERLIN - POORNTAA

AGE: 51

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Ave., Montreal, Canada

NO. OF YEARS HATHA YOG: 24

NO. OF YEARS MEDITATION: 3

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. Cum Laude.
- 1 year study at Masters level in Political Science.
- Degree in M.S.W. - Master of Social Work.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Social Worker: Senior caseworker in psychiatric hospital (Royal Victoria Hospital), geriatric hospital and family medicine facility.
- University Work: English Department (McGill University), Administration (McGill), Assistant to Secretary General of McGill

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Led groups in community adjustment to new families to Canada
- Co-ordinator of project of senior citizens teaching school children life-enhancing activities (music, plant growing and development, arts & crafts).
- Member of many community Boards of Directors.
- Travelled extensively in Europe.

TEACHING EXPERIENCE:

- Led meditation centre outside Montreal, conducting weekend retreats, and teaching many people of my own age to meditate.



NAME: BATIA WINER - SURAKSHA

AGE: 32

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Ave., Montreal, **Canada.**

NO. OF YEARS HATHA YOG: 7

NO. OF YEARS MEDITATION: 6

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. & M.A. in Jewish Studies, McGill University Speciality in Philosophy and History
- Certificate in Information Systems: word processors and mini-computers

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 4-1/2 years Organized and taught through McGill University tutorials and programs for students of all ages and backgrounds
- 2 years Worked with information systems, word processors and mini-computers in the private sector under government contract.
- Organizer of various departments in Jewish Community Center

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Musical background: I play recorder.
- Sports background: Gold and silver medalist in swimming, 4 consecutive years;
- Long distance runner, 2nd place winner in 25 km. for women.

Wilderness Survival - First Aid
Outdoor Science Programs -
Community Sports
Amateur Mountaineering/Rock Climbing.
Orienteering/Backpacking
Ski Mountaineering
Cross Country Skiing

- Ten Years Outdoor Education Experience

TEACHING EXPERIENCE:

- 10 years Adult and Children's Programs in:

  Hatha Yog, Relaxation Training, Aerobics, Jogging/Stretch Techniques Health and Diet Programs
- Adult Education Programs for Rural Communities
  Curriculum Designer and Teacher for Northern Communities of Rural Canadian Native Indian Schools



NAME: HOWIE VANEK - HANS RAJ

AGE: 35

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 1555 Finch Ave.E. #403 Toronto

NO. OF YEARS HATHA YOG: 11

NO. OF YEARS MEDITATION: 17

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in Communications and General Arts, York University, Toronto
- Computer Course for CPR Railways

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Editor, Feature Writer for Excalibur Newspaper, Toronto; North York Mirror, Toronto; Canadian Press/ Broadcast News, (Canada's National News Service) Toronto.
- Free lance Feature Writer.
- Car Control Clerk, Canadian Pacific Railways
- Gemologist and Salesman at Howard Manufacturing Jewelers

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Have travelled to, or lived in, over 25 Countries.
- Certified Canoeist, Sailor, Swimming Instructor, Equestrian, Water Skiing Instructor
- Toronto Industrial-League Basketball
- Author of 2 Short Stories
- Son of Judge David Vanek, Provincial Court Judge, President of National Judge's Federation

TEACHING EXPERIENCE:

- 5 Years of Teaching Meditation in Ottawa at Shyam Meditation Centre, Community Centres, YM, YWCA
- 5 Years of Teaching Hatha Yog at Community Centres, Health Clinics and YM/YWCA in Ottawa and Vancouver
- Editor and Layout of Turiya Magazine, (Magazine of Vedant Philosophy, Poetry, Essays, Stories)



NAME: HANS KILNER - HANS

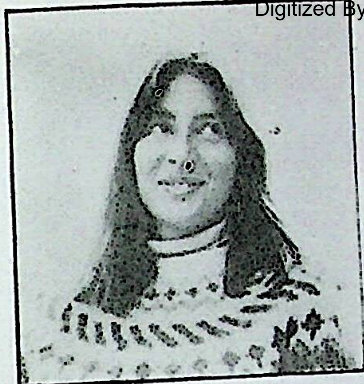
AGE: 49

NATIONALITY: DUTCH/ISRAELI/ CANADIAN

ADDRESS: Nelson, B.C. Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 15



NAME: HEIDI BORNSTEIN- KOMALTAA

AGE: 33

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2540 Montclair Ave.,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in Sociology and Anthropology
- Certificate in Business Accounting
- Certificate in Micro-Computers and Word Processors for small businesses

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Financial & Administrative Consultant for various businesses and chartered Accounting firms- 7 years
- General Manager and Controller for Avenue Video - 4 years: established the largest chain of video stores in Montreal
- Computer Consultant - designed and implemented micro-computer systems for various companies - 5 years
- Fashion Coordinator-2 years: travelled throughout India and Indonesia for Canadian garment importing company
- Business owner and manager - retail video store - 1 year

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Travelled extensively throughout Europe, Indonesia, North America, the Caribbean, and India
- 5 years experience living in Shyam meditation centres, participating in satsang program of meditation, chanting and philosophy

TEACHING EXPERIENCE:

- 2 years as centre leader of Montclair meditation centre, initiating various satsang, meditation, chanting and philosophy discussion programs and seminars
- Teacher of Hatha Yog - 4 years
- Teacher of Philosophy of Oneness, according to Swami Shyam's teachings - two years





NAME: ANDREW JEREMY BERLIN
SHYAM ADHAR

AGE: 27

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 3577 Atwater Apt.902
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG:

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Daughter of a Rich Real Estate millionaire
- Speak five languages: English, French, Hebrew, Arabic, Russian and some Yiddish and Italian

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught a course in Legal Writing and Research to first-year Law students
- Taught meditation during trips to the West





NAME: EVELINE PROVOST - GAYATRI

AGE: 39

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave.,
Ottawa,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 12

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.Sc.
- R.T. (Registered Medical Technologist)

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

10 years work in the field of Science:

- 3 years in a hospital laboratory
- 7 years in the Federal Government of Canada Health & Welfare Department. (Virology and Bacterial Research)

- French teacher, 5 years

TEACHING EXPERIENCE:

- Taught Hatha Yog, Vedant Philosophy, Patanjali Yog Darshan and Ashtavakr Geet for 5 years.
- Conducted satsang and was in charge of a Shyam Space Centre for 2 years, where I had the opportunity to initiate and teach many people to meditate.





NAME: LINE CARDINAL- SAT SHAKTI

AGE: 28

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Maritte,
Montreal, Que.,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Hotel School Diploma
- Haute Couture School Diploma
- Home Economics
- Diploma for Management Skills for Supervisors

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Manager of 1st class Hotels and Motels throughout Western Europe
- Established two thriving crafts and clothing shops
- Originator of a successful vegetarian restaurant
- Costume Designer in Europe, Israel and North America for film, television, theatre groups and dance groups

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Chosen as top European candidate out of 20 international candidates, in the position of head of newly built Hilton Hotel in Istanbul
- Outstanding world wide success with innovative design of the decade 1970
- Mother of two daughters - 17 and 14-1/2 who have been meditating since very young

TEACHING EXPERIENCE:

- Teacher of adult and children's classes in Meditation & Praanayam, as well as vegetarian cooking.



NAME: FILOMENA DEBRATTO - POORNIMA

AGE: 32

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 51 Fifth Ave., Ottawa, Canada.

NO.OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 14

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Fully qualified business secretary
- Certificate in performing arts.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Personal secretary for Canadian Government office.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Worked in Theatre school in Toronto, performing for children.
- Travelled all over the world.

TEACHING EXPERIENCE:

- Centre leader for Ottawa meditation centre conducting daily satsang.
- Taught daily classes in Hatha Yog, Meditation, Bhagavad Gita at home and in high schools, community centres, YMCA and at government offices.



NAME: DANIELLE GAUMERD - DEEP PRIYA

AGE: 29

NATIONALITY: CANADIAN/FRENCH

ADDRESS: 3789 Hampton, Montreal, Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 12

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in philosophy with honours, Grenoble, France

- Grandmother
- Editor of 'Why Meditation?' by Swami Shyam

TEACHING EXPERIENCE:

- Lecturer on Meditation at various educational institutions
- Instructor of Meditation Technique at Meditation Centre in Montreal





NAME: RAY KAMAY RESELS-SOORYA

AGE: 38

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette Ave., Montreal, Canada

NO. OF YEARS HATHA YOG: 17

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. Honours, Fine Arts
- M.A. Education degree
- Speciality in communication effectiveness training for parents,students, teachers, professionals (Seminars and training courses)

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 8 years of Teaching
  - Primary School
  - University lecturer to teachers in training
  - Adult educator in communication effectiveness
  - Cross-country conferences for teachers.

SPECIALITIES:

- Effective communication for full growth of consciousness
- Music expands the Inner Being Into Joy

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Married 17 years
- Guitarist/Singer/Song writer
- Travelled 3 years Europe, North Africa, North America and Asia
- Research into Growth-of-Consciousness related studies:

  Transpersonal Psychology, Hatha Yog, Gurjieff, T.M., Self-Realization Fellowship, Yogananda - and ultimately the Philosophy of Swami Shyam & Yog Saadhana
- I.M.I. Librarian
- Editor of writings of Swami Shyam
- Co-Producer of Transformation Geet: Tape and Booklet for Gita Verses

TEACHING EXPERIENCE:

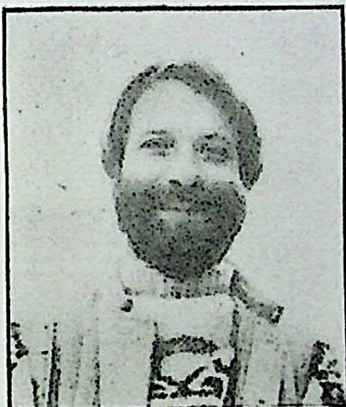
- For the last 8 years, Teacher of Meditation, the Philosophy of Swami Shyam, including Gita, Patanjali, Ashtavakr, Vedant, Praanayam, Hatha Yog, Chanting songs of Swami Shyam as well as Diet and Health.



and Project Architect for 12 Million Dollar Entertainment Complex. Supervising and Coordinating Design Group of Junior Architects, Consultants, and Engineers.

TEACHING EXPERIENCE:

Meditation, Patanjali Yog Darshan, Hatha Yog Teacher for 4 years.



NAME: HOWARD BERKOWITZ - HARI OM

AGE: 35

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette,
Montreal,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 13

NO. OF YEARS MEDITATION: 13

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- 2 Years University
- Computer Programmer's Diploma

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

Book-Keeper

- Group House-Parent in a Home for Epileptics
- Computer Analyst

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Musician, Poet

TEACHING EXPERIENCE:

- Meditation
- Stress Management
- Relaxation Techniques taught at Epileptic Group Home



NAME: CATHERINE MARY MACISAAC - NOOTAN

AGE: 38

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2500 Mariette,
Montreal, Que.,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 12

NO. OF YEARS MEDITATION: 12

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in Communication Arts
- Have successfully acquired Real Estate Agent's License and several Sales Training courses including Xerox



NAME: KATHY RIENDEAU - VAANI

AGE: 37

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 33 Garnock,
Toronto,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 15

NO. OF YEARS MEDITATION: 15

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in English literature and Education from City Collehe, City University of New York.

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Teacher of math and English in high school and junior high school, '56: New York City
- Administrator of Children's Resource and Consultation Centre, Toronto (A private adoption agency)
- Executive secretary -Toronto Centre for Personal and Organizational developement

TEACHING EXPERIENCE:

- Gita teacher at Shyam Hermitage, Kullu
- Teacher of meditation and Hatha yog at Concordia University, St. Mary's Hospital (for nurses and nuns), Unitarian Church Sunday school and at Montreal meditation centre
- Teacher of meditation and hatha yog to National Science Council, Ottawa; top scientists and their staff
- Leader of Ottawa Shyam meditation centre
- Leader of Toronto Shyam meditation centre
- Teacher of meditation at Relaxation Response Institute and Women's Club of Toronto, Toronto



NAME: REBECCA MARION CARSON - PARAM SUKH

AGE: 34

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 33 Garnock,
Toronto,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 11

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. (English) University of Western Ontario

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Legislative Assistant, M.P.P. Her

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. in Education
- Seminars in Marketing
- Completed a degree at CONTROL DATA in software - related to microcomputer
- Seminars attended on the hardware of micro-computers

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Marketing Director for international micro-computer company, territory of Montreal, Quebec and the Atlantic provinces. Took a territorial quota of 74% up to 120% within 9 months and tripled salary.
- Gave conferences by myself to groups of executives, presidents and marketing managers (up to 60 people at a time)
- Seminars on Micro-computers (Slides and Demonstration) given by myself to the provincial government of Quebec as well as to the federal government and to multinational corporations.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Opened a meditation center in the Laurentins
- Wrote a French book entitled "Introduction la Meditation"
- Participated in Swamiji's translation of "Why Meditation" into French, which has been published and "Patanjali Yog Darshan", (yet unpublished)

TEACHING EXPERIENCE:

- Have taught meditation to approximately 60 persons
- Held seminars on meditation
- Spoke at university conferences on Meditation



NAME: MONIQUE DE GAYE VETTER - CHAITANYA SHAKTI

AGE: 61

NATIONALITY: CANADIAN & FRENCH

ADDRESS: Montee Gagnon,
Lac Musson,
Canada.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 5

NO. OF YEARS MEDITATION: 19

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- Bachelor of Philosophy in France
- Nursing, state French Diploma

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 6 years nursing in Paris
- 12 years nursing in Montreal

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- 3 children, married for 17 years to a performing artist.
- French specialist teaching in Private school, public school for 7 years.
- poetry, short story write for 20 years.
- translation of fellow poets from English to French.
- Translation of Swami Shyam's work, expecially his spiritual poetry, into French.

NO. OF YEARS HATHA YOG: 8

NO. OF YEARS MEDITATION: 6

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

- B.A. Program in Journalism, Ryerson Polytechnical Institute Toronto
- Member, Canadian Public Relations Society

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- Journalist (Sports Reporter, Special Features Reporter) - Toronto Telegram Newspaper
- Publicity Officer - Toronto Convention and Tourist Bureau
- Assistant Director Public Relations - Sheraton Centre, Toronto
- Press Attache and Interpreter to Bill Davis, Premier of Ontario on Political Tour of Italy - 1974
- Owner and Executive Director - Tall Tales Public Relations, Toronto based firm with clients in business, industry, tourism, entertainment, fashion, sports, and recreation in North America, the Caribbean, England and Europe
- Executive Director - Shire Hall Press Relations, London England in charge of company's largest accounts worth more than 5 billion in fees and billings.

OTHER RELEVANT EXPERIENCE:

- Freelance writer for a wide variety of Canadian and American publications
- Organizer and host of press conferences, receptions, concerts major conventions, special events and functions
- Special Consultant to Canada's largest Publis Relations company as Media Relations Advisor

TEACHING EXPERIENCE:

- Satsang and Meditation leader at Shyam Space Centre in London, England

Teacher of Shyam's song's, Bhagavad Gita, and Hindi in Kullu, India





NAME: RICHARD BLACK-RISHI KUMAR

AGE: 29

NATIONALITY: CANADIAN

ADDRESS: 2540 Montclair Ave., Montreal, Quebec, **Canada.**

NO. OF YEARS HATHA YOG: 10

NO. OF YEARS MEDITATION: 10

EDUCATION AND QUALIFICATIONS:

Architect
- Bachelor of Architecture Degree
- Scholarship and Design Award Recipient

PROFESSIONAL EXPERIENCE:

- 5 Years of Architectural Practice in Toronto, Ottawa, and Montreal, designing for Residential, Commercial, and Institutional Projects including a Canadian International Development Agency (CIDA) funded College in Malawi, Africa.
- Most recently head of Design/Build Firm employing 12 Tradespersons

Dr. Karan Singh

Reception Committee Chairman



Born on 9th March 1931, Dr. Karan Singh was catapulted into political life at the early age of eighteen when in 1949 he was appointed Regent of Jammu and Kashmir by his father Maharaja Hari Singh on the intervention of Prime Minister Pandit Jawaharlal Nehru.

Thereafter he was continuously Head of the State for eighteen years—as Regent, as elected Sadar-i-Riyasat and as Governor. His was a unique instance of the last representative of the old order becoming, by the will of the people, the first representative of the new. During these years he was strikingly successful in fulfilling the delicate and onerous duties that devolved upon him as Head of one of the crucial States of the Union.

In March 1967, soon after India's fourth General Elections, Dr. Karan Singh was inducted as a member of the Union Cabinet headed by Prime Minister Indira Gandhi. At 36, he was the youngest person ever to become a Central Cabinet Minister. On this appointment he resigned his Governorship and stood for election to the Lok Sabha from the Udhampur Parliamentary Constituency in Jammu & Kashmir on behalf of the Indian National Congress. He was elected to Parliament with an overwhelming majority and was re-elected from the same constituency in 1971, 1977 and 1980, thus proving his hold over the hearts of the people despite drastically shifting political results on the national scene. In 1984 Dr. Karan Singh changed his constituency and stood as an independent candidate from Jammu. For the first time he failed to retain a seat in the Lok Sabha.

Dr. Karan Singh was first assigned the portfolio of Tourism and Civil Aviation, which he held for six years, where he created a marked impact by his dynamism and dedication. It was during this period that India was firmly placed on the tourism map of the world, the public sector network of hotels, motels and youth hostels, created, the fleets of Air.India and Indian Airlines, equipped with the most sophisticated aircraft, the International Airports Authority of India created, and airports in the country installed with modern navigational aids. In 1973 he moved to the crucial portfolio of Health and Family Planning, so vital to the well-being of the nation. Within two years of his stewardship the seemingly impossible task of eradicating smallpox in India had been achieved, and a number of steps taken to re-orient rural health services and restructure medical education. Family Planning emerged as a major national commitment after Dr. Karan Singh announced the National Population Policy in April 1976. In 1979 Dr. Karan Singh assumed the

portfolio of Education and Culture in the caretaker Government. During his tenures as Minister Dr. Karan Singh neither drew any salary nor lived in Government accommodation.

When the issue of abolition of princely purses and privileges came before Parliament, Dr. Karan Singh was the only former ruler to voluntarily surrender his privy purse and to put the entire sum into the Hari-Tara Charitable Trust, named after his parents, in the service of the people of India. He has converted his former palace in Jammu known as Amar Mahal into a Museum and Library which was dedicated to the nation by the Prime Minister early in 1975. This institute contains a unique and priceless collection of Pahari paintings and also Dr. Karan Singh's personal library of about twenty thousand volumes built up by him over the last thirty years. It has a fine collection of books on political thought, comparative philosophy and literature The Trust also gives scholarships and grants to deserving individuals and institutions. In addition, Dr. Karan Singh looks after several family trusts in Jammu & Kashmir including the Dharmarth Trust which administers over a hundred shrines and temples including Sri Amarnath.

After becoming Regent Dr. Karan Singh continued his education that had earlier been interrupted due to the partition, and in 1951 graduated from the Jammu and Kashmir University of which he was himself the Chancellor. In 1957 he passed the M.A. Examination of the Delhi University in Political Science with a First Class First, creating a University record which is still unbroken. He then earned his Doctorate by writing a thesis on the Political Thought of Sri Aurobindo for the Delhi University, thus reaching the apex of a brilliant educational career. He was for many years Chancellor of the Jammu and Kashmir University as well as the Banaras Hindu University, Chairman of the Central Sanskrit Board, Secretary of the Jawaharlal Nehru Memorial Fund, Chairman of the Indian Board of Wild Life and of Project Tiger, and President of the Authors Guild of India. He is Trustee of the India International Centre, President of the Delhi Music Society, Co-Chairman of the International Committee of the Temple of Understanding and is associated with several other cultural and academic institutions. He holds the honorary rank of Major-General in the Indian Army.

Dr. Karan Singh is the author of many books which include writings on political science, essays of a philosophical nature, travelogues, translations of Dogra-Pahari folk-songs and original poems in English. The first two volumes of his autobiography 'Heir Apparent' and 'Sadar-i-Riyasat' have been widely acclaimed, as was his important book on Sir Aurobindo entitled 'Prophet of Indian Nationalism'. He has composed devotional songs in his mother tongue, Dogri, which have become widely popular through the radio, and is a keen student of Indian classical music. He has travelled extensively throughout the country and abroad, having led Indian delegations to important international conference at Bucharest, the World Health Assembly in Geneva and the World Hindi Convention in Mauritius, and has lectured on Indian philosophy and politics on four continents.

In 1981 Dr. Karan Singh spearheaded a new movement called the Virat Hindu Samaj with the dual purpose of launching a crusade against untouchability and other undesirable customs that have weakened Hindu society,

C. P. Mehra



Date of Birth : 5th October, 1928

Place of Birth : 2468, Chippiwara Dariba Kalan, Delhi-6

Residence : 557, Mantola Street, New Delhi-55
Fathers, Name : Late Shri Lakshmi Narain Mehra, B.A, LL.B., Pleader

Educational Qualifications :

Obtained B.Sc. degree from Delhi University in 1949.

Conferred the title of Ayurvidya Bhushan;

Ayurveda Chakravarty articles on 'Ayurveda Varidha' 'Pracya Vidya Vacaspati; Has published over 150.

Sudha-Nidhi, Ayurved Doot, Ayurved Vikas, Rasayan, Anubhut Yoga Mala, Jyotish Martand, Jyotish-Gyan Darpan, Bhagwan Sandesh, Jyotish Bodh, Gramya Jeevan, Sanmarg, Nirogdham, Antrikshkhagol Vigyan, Bharat Sant Sandesh,

His articles are also published in the following Souvenirs :—

1. Souvenir of Yogic Conference of Yococen 1981.
2. Souvenir of Ahimsa—Seminar of Yococen 1911.
3. Souvenir of Kuvalyananda Birth Centenary celebrations, 1984.
4. Souvenir of Kumbh Mela April 1986—
5. Souvenir of Maharastra Yoga Sammelan, Amravati, Feb. 1980.
6. Souvenir of Madhya Pradesh Yoga Sammelan, Sivni-Malwa, May, 1986.

Published—

(a) Souvenir of Yogis Conference of Yococen 1981'

(b) Souvenir of 'Ahimsa Seminar of Yococen 1981'

(c) Invitation to the Practice of Non-Violence February, 1982.

(d) Ahimsa Awareness, June 1984 (Yococen)

(e) Special Editor of various yoga magazines.

Trustee Hon. Secretary-General cum Treasurer of Chand Prakash Mehra International Centre for Study of Tantra, Yoga and Conservationof central energy.



Yogacharya
Dr. R.C. Gupta

Project Officer Yoga
Directorate of Education

Delhi Administration : Delhi



Dr. Ramesh Chandra Gupta, M.A. (Philosophy), M.Ed. (Phy. Edn.), Ph.D. D.Y,E., Dip. in Sports Coaching (Hockey) born at Moradabad (Uttar Pradesh) on 25.10.1937. Came in contact with Swami Dhirendra Brahmchari, in 1968. He under gone for yoga training at Katra (J & K) centre of Vishwayatan Yogashram in 1968. He was awarded Ph. D. degree by Agra University under subject "Philosophy" on the topic "Hath Yoga main Sharirik evam Adhayatmic Pakshon-ka-Darshnik Vishleshan" in 1970. Under his able coaching Delhi state Hockey eleven won Bronze, Silver and Gold medals in National School Games held from 1968 to 1970. He organised several Yoga training camps for the teachers of Directorate of Education, Delhi. He wrote many useful articles on Physical aspect of Yoga. He guided the very high officials of Delhi Administration for keeping sound health in sound body by performing yogasans and yogic kriyas. At present he is responsible for every yoga activity in Delhi state. Presently he is working on research project on "To minimize the effects of FATIGUE on the bodies of Sportsmen/women through yogic asanas and yogic kriyas.

Shri G.L. Anand

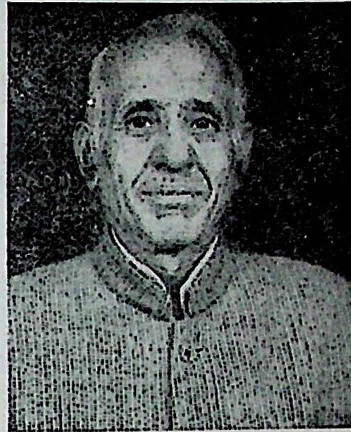
Shri G. L. Anand was born in 1935 in a small village named Garibwal in the Jhelum district of Pakistan. He migrated to India in 1948 after witnessing the holocaust of the Partition of India and settled in Delhi, where he now works as editor in the NCERT.

He started practising Hath Yoga in an ordinary way in 1973. But in the year 1980, he got a traumatic experience which completely wrecked him, physically as well as mentally. Suddenly in the middle of one summer night he was gripped by a mysterious illness which could not be diagnosed. With his health in shambles and his mind terribly shocked and shattered, he came to the Divine life Society's Sivananda Ashram at Rishikesh, where His Holiness Swami Chidananda ji blessed and initiated him. This proved to be a turning point in his life.

After coming back from Rishikesh, he devoted himself to Hatha Yoga much more earnestly. This not only restored his health but provided him with rich experience at the physical, mental and psychic levels. His close association with octogenarian yogi Yogacharya Mool Raj Anand inspired him to start a yoga institute at Sri Aurobindo Centre, New Delhi where he has not only been giving free lessons in Hatha Yoga, but has also been administering yoga therapy to the patients of coronary heart disease, high blood pressure, diabetes mellitus, bronchial asthma and cervical spondylisis through the technique of integrated approach in yoga. These patients include those cases also which are referred to this institute by the All India Institute of Medical Sciences, New Delhi.

He has also been editing a yoga magazine "Yoga Manjari" for the last ten years.

Yogacharya
Dr. Omkar Nath



Date of Birth—9th July, 1917.

Place of Birth—Chakwal, Distt. Jhelum.

Residence—"Nath Niwas", II-F-69,
Lajpat Nagar—2, New Delhi-110024.

ACADEMIC QUALIFICATIONS—

A. 1. M. A. (History) from the Punjab University in 1942.
2. M. A. (Pol. Sc.) from the Punjab University in 1953.

B. 1. LL B. from the Delhi University in 1949.
2. Executive Member of Law Union, Delhi University, 1948-49.

C. 1. B. T. from the Central Institute of Education (Govt. of India), affiliated to the Delhi University in 1950.
2. Student Editor (Hindi Section) of C.I.E. Magazine, 1949-50.

QUALIFICATIONS REGARDING NATUROPATHY AND YOGA THERAPY —

A. 1. N. D. (Gorakhpur School of Therapeutics, Gorakhpur);
2. N. D. (The National Naturopathic College, Lucknow);
3. N. D. (Bhartiya Nature cure College, Lucknow);
4. N. D. (Sri Swami M. N. S. Nature cure Centre and Training Institute Varanasi);
5. A. N. D. (Anand Niketan, Nakatia, Bareilly):
6. Parichai (All India Nature cure Federation);
7. M.I.I.N.T. (Pudukkottai, S. India).

B. 1. T. C. (Yoga—Kaivalyadhama, Lonavla, Distt. Pune);
2. Yoga Teacher—(Bihar School of Yoga Munger).
3. Yoga Teachers' Training Course, Advanced, (Indian Yoga Society, Sagar, M, P.).

PARTICIPATED IN—

1. Dr. Wigmore's Rejuvenation Camp at New Delhi (May-June, 1978);
2. Yogis Conference of Yococen (February 1981);
3. Yoga Refresher Course (International Co-ordination centre, Yococen Feb. 1983);
4. Yoga and Research—International Conference, at Lonavla, (Dec. 1984);
5. Lots of other conferences, Seminars, camps workshops etc.

PRACTITIONER MEMBER—

1. All India Nature cure Federation;
2. Indian Naturecure Practitioners Association;
3. Indian Board of Naturopathy.

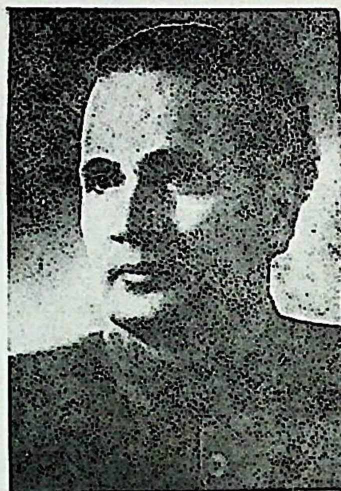
VICE-PRESIDENT—

Nature Cure Society Delhi (Regd.).

AUTHOR OF SEVERAL BOOKS AND ARTICLES—

On Dieto-Naturo-Yoga Therapies.

Prof. T.R. Ananthar-aman : Varanasi



Professor Anantharaman obtained the B.Sc. (Hons.) degree in Chemistry from Madras University and the D.I.I.Sc. (Metallurgy) from the Indian Institute of Science, Bangalore, was awarded the coveted Rhodes Scholarship for doctorate research in Physical Metallurgy at Oxford University, England, from 1951 to 1954.

Professor and Head of the Department of Metallurgical Engineering of the Banaras Hindu University (BHU) from 1952 to 1977. He served as Dean of the Faculty of Engineering and Technology, BHU during 1971-72 and was elevated to the high office of Rector, BHU in 1977, which position he held for a year, for more than six months of which he also acted as Vice-Chancellor, BHU. Following a two-year (1979-81) tenure as Jawaharlal Nehru Fellow, he took over as Director, Institute of Technology, BHU in October 1981 on a five-year tenure. He served as Member, Executive Council of BHU from 1982 to 1985.

Professor Anantharaman has travelled and lectured abroad extensively. Visitiong Professor/Scientist, in West Germany in 1960, 1964, 1969, 1973, 1981 and 1983 and in Belgium in 1970. He lectured in 1965 at several Universities and Research Establishments in USA and in 1972 he visited the USSR as member of a scientific delegation of the Indian National Science Academy. Two prestigious missions, the first to chair a session at the Second International Conference on Rapidity Quenched Metals and the second to participate as a Special Invitee at a Gordon Research Conference in Physical Metallurgy, took him to the USA in 1975 and 1976 respectively. He was a Visitor to West German Universities in 1975 and 1978 and to British Universities in 1969, 1978, 1981, 1983 and 1985. During his visits abroad he lectured in France, Switzerland. USA and Canada. He was the first metallurgist to be named as Jawaharlal Nehru Fellow (during 1979-81). In 1981 he was a Visitor to Japan on an invitation from the Japanese Society for the Promotion of Science. In 1984 he went on a lecture tour of some European Countries and USA.

Professor Anantharaman has been associated with the Indian Institute. of Metals, as a life Member of the Institute. Professor Anantharaman has over 170 publications to his credit.

From 1975 to 1978 Professor Anantharaman was Honorary Director, of Yoga Sadhana Kendra Banaras. He is presently Chairman of the Centre's Governing Council. He also took the initiative to convene the Indian Academy of Yoga towards end of 1980, was for two years Chairman of this learned Society's Executive Committee and has been its elected President since 1983. He has lectured widely and also written articles on the modern Sarvodaya Philosophy of Mahatma Gandhi and Vinoba Bhave as well as the ancient Indian Philosophy of the Samkhya, Yoga and Vedanta traditions in India as well as abroad.

Dr. Mohammad Khan Durrany Shastri



Date of birth : 2nd January, 1934
Father's name : Late Shri Kaleem Khan Durrany
Nationality : Indian
Married/Unmarried : Married
Address : DURRANY VILLA, B-71 Mohan Garden New Delhi—110059

Academic Qualifications :

M.A. : II Div., Sanskrit (1257, A.M.U. Aligarh)

Ph. D. : In Sanskrit on the subject of "A Comparative Study of the duties of man as prescribed in the Gita and the Quran (1964 A.M.U. Aligarh).

Urdu Examinations :

Adib : II Div., Offering a Adib-e-Mahir 3. Adib-e-Kamil

Services so far held :

Compiler : In U.P. Gazetterr
Hony. Hindi Lecturer : In Jamia Urdu,
Research Assistant : Deptt. of History, A.M.U.Aligarh
4. Lecturer : Comparative Religion, A.M.U. Aligarh
5. Asstt. Lecturer : Deptt. of History, A.M.U. Aligarh
6. Lecturer : Deptt. of Sanskrit, AMU Aligarh
7. Lecturer : Deptt. of Sanskrit, Shivaji College, University of Delhi for the Session 1967-68.
8. Lecturer : In Jamia Urdu, Aligarh from 1957 to 1962.

Original Writings in Verses

1. Janata Chaupal Raj 2. Indira Golden Age
3. Anand Bhavan 4. Priyadarshini

Knowledge of languages :

Sanskrit, Urdu English & Hindi. Arabic Persian, Palixand Punjabi.

Translation Work

Translated the Sanskrit Drama uttara-Rama-Charitam of Bhavabhuti, three Shatakas of Bhartrihari into Urdu.

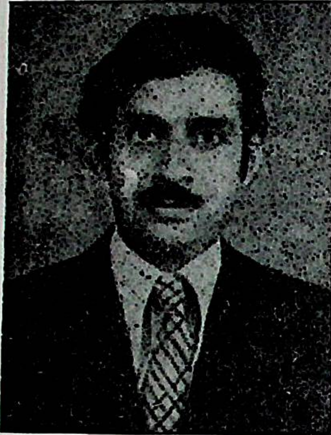
Hindi Book, "Kabir"

Translated the English Book, "Guru Nanak" into Hindi. and many other books.

Published various articles, poems & gave lectures and talks on A.I.R. TELEVISION.

The President of India, Shri V.V. Giri has awarded me a "Prashasti Patra" for my services rendered during Gandhi Centenary Period.

At present working as Dy. Director Rashtriya Sanskrit Sansthan, Ministry of Education, Govt. of India, New Delhi.



Jyoti Prakash Nandi

Address :—"Abani Smrity", P.O. Sahagunj, Dt. Hooghly, West Bengal.
Educational Qualification :—Passed B. Com. and LL. B.
Occupation :—Service in the Hon'ble High Court at Calcutta.
Experience in YOGA :—Started practising Yogasana in the year 1967.

(i) Awarded *State Yoga Champion* in the year 1974.

(ii) Participated thrice in the *National Yoga Competition* and secured second place in each of the said competition.

(iii) Passed "*DIPLOMA IN YOGA*" from 'Yoga Training Institute' of West Bengal.

(iv) Completed "*YOGA CORRESPONDENCE COURSE*" in the year 1981 under direct supervision of Dr. Swami Gitananda of "ANANDA ASHRAM", Pondichery, South-India.

(v) Passed "*INTERNATIONAL YOGA TEACHERS COURSE*" in the year 1981.

(vi) Selected as approved *International Yoga Teacher* for Yoga Jivana Satsangha (International) for the year 1986.

(vii) Holding portfolio as '*Organising Secretary*, of the *West Bengal Yoga Association*, West Bengal.

(viii) Working as *Hon'y Secretary* of '*Hooghly District Yoga Association*', Hooghly, West Bengal.

(ix) Founder and Hon'y Director of "*YOGA CENTRE*", a training centre for curing various diseases through Yogasans, Pranayams, Mudras etc.

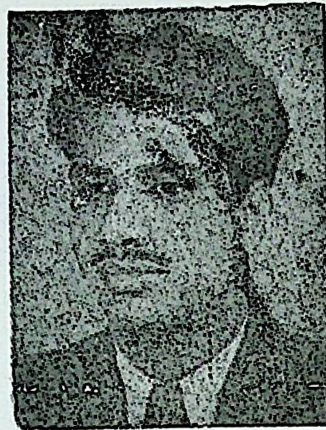
Yogini
Sushila Om Prakash Ji

NEW DELHI



Smt. Sushila Om Parkash is a noble lady with a glorious and a dedicated past and a future with the desire of selfless service. Her birth was in the illustrious Sondhi family of Jalandhar with her father Late Shri L. C. Sondhi giving her the best of upbringing in those days. From her mother young Sushila learnt service, fear of God and love for humanity. Her marriage to Shri Om Parkash Suri, the second son of Lala Khushal Chand ji, who later took Sanyas and was widely known as Mahatma Anand Swamiji brought her into contact with great personalities of politics as well as religion. Shri Om Parkash ji was the Managing Proprietor of the leading Urdu Daily, Milap, which has played a special role in the freedom struggel of the country as well as in the building of India after independence. Smt. Sushila Om Parkash was blessed with two sons. The elder Shri Punam Suri is now the Managing Director of The Daily Milap and the younger Shri Navin Suri is the Editor.

Smt. Sushila ji always took keen interest in religion and Yoga. Sitting at the feet of her father-in-law, Mahatma Anand Swami ji, Sushila ji learnt many ways of silent worship to the almighty. She often goes to Hardwar Rishikesh and Uttarkashi and stays there for months among the noble saints serving them and learning more about God. She very often keeps "Kasht Maun" for weeks so as to realise herself and this world that she lives in. Her face glows with radiance and her humbleness is proof of her deep understanding. She has been closely associated with the activities of "Maharishi Dayanand Yogashram Society" and is its Chief Patron after Mahatama Anand Swami ji. She has always been a keen follower of Arya Samajik Principles and is the President of the Istri Arya Samaj, Vasant Vihar, New Delhi. We all pray for her long life and good health so that we may all keep getting continuous guidance from her.



Rajiv Lochan

Bsc. LL. B.

(Vice-President)

Maharshi Dayanand Yogashram Society
New Delhi

Born on 30th August, 1932 in Delhi. Mother Smt. Sukhda Devi & father Master Shiv Charan Dass were highly educated & dedicated for the Social upliftment of the oppressed and down trodden sections of society; father a great philanthropist, who donated a huge amount to Start Free Homeopathic Dispensary —which is still runing in Gali Arya Samaj, Delhi. Has two sons and one daughter, who are all very well settled.

Received education in D.A.V. School. Topped among Biology Students. Did B.Sc., LL B. & Diploma in French studies from University of Delhi. Joined property business .with father & later started legal practice.

Connected with many cultural, social, educational and academic institutions.

Member—Delhi University Court for the last 15 years, Secretary General. All India Yoga Science Association,

Member—Executive Committee— T. B. Association, Delhi.

Member—Managing Committee–Maharani Bagh House Building Co-operative Society, New Delhi.

Secretary, Arya Samaj, Maharani Bagh, New Delhi.

Members—Executive Committee, Media Centre, New Delhi.

Joint Editor—'Yog Mandir'—a monthly magazine since its inception.

Member— National Executive — Vichar Vibhag—A. I. C. C. (I), New Delhi,

Vice President — Maharshi Dayanand Yogashram Society, New Delhi.

Deeply interested in Yoga & its propagation;

Practicing yoga and meditation for the last twenty years.

Various articles on yoga published in magazines:

Attended number of national & International seminars & conference.

Address—Yoga Mandir, 2 Park Avenue, Maharani Bagh, New Delhi-110065

—:o:—

DHARAM RATNA 'VINOD KHANNA

Dr. Mrs. Kanta Gupta M.A.LL.B.Ph.D. (New Delhi)



Shri Vinod K. Khanna was born in a very philanthropic family of a Late Dr. S.L. Khanna on 24th July, 1934. His grandfather (mother's father) Rai Sahib Bhagat Ram Sahni actively participated in religious, social and cultural activities & was the founder of Arya Samaj in Srinagar, Kashmir. He was married to Ms. Nirmal Kumari, whose father Late Trilok Nath Shankardass was a very religious minded person & worked for the upliftment of down trodden & the welfare of women. His wife Mrs Nirmal Kumari Khanna, born on 6th January, 1938 did her B-Sc. (Home science) from Lady Irvin College, Delhi. She was the former Director 'Dynamic Sales & Service Industries Pvt. Ltd. New Delhi & at present the Director (i) Concord International (P) Ltd. New Delhi. (ii) Silvertone Engineering & Chemical Industries Pvt. Ltd. & also Multi Impact Electronics Systems P. Ltd. N. Delhi.

Academic Qualifications :

S.No.	Name of the College	Name of the Course	Division	Year
1	Punjab University	Matriculation	I	1950
2	Delhi University	Preparatory Science	II	1951
3	Hindu College (Delhi University)	B.A. (Hons,) Political Science & Economics	II	1954
4	Faculty of Arts (Delhi University)	Master in Political Science and International Law	II	1956
5	Institute of Directors, London	Fellow	—	—
6	Institute of Marketing Management	Member	—	1983

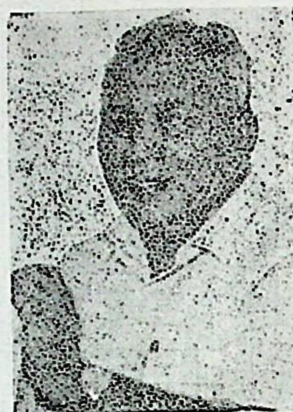
Present positions held :

Chairman & Managing Director of the Concord Group of Companies, a few of which are as under :

1. Concord International (P) Ltd.—Specialists in Foreign Trade.
2. U.N. International—Marketing Cons- ultants.
3. Multi Impact Electronic Systems (P) Ltd.—Pioneers in Computerised Electronic Display Systems.
4. Adomatrix (P) Ltd.—Specialists in Advertising.
5. Concord International (Mauritius) Ltd. —Owners of Khanna Sheraton Hotel, Mauritius.

Shri Khannaji is great philanthropist & is always keenly interested in social, cultural & religious activities. He is activety involved in Yoga and practises Yogasanas regularly which keeps him physically fit & mentally calm, sobre and serene. His pleasing personality wins the heart of everyone who comes in contact with him.

SHRI R. S. SURI



Director, Yoga Prasar Samiti
Yogashram, Mandir Lane,
New Delhi-110060 Phone : 321708

Suri, Ramsaroop, Dir., Yogashram, Yoga Prasar Samiti, Mandir Lane, New Delhi, since 1961; (B) 19 Sept. '17' Dir. Yoga Health Centre, Sialkot (W. Pak.); 1937-47, Dir. Yogashram, Batala (Pb); 1948-52, Dir. Yoga Health Unit Son of Ind. Film; 1952-53, Gen. Secy, Yoga Prasar Samiti, New Delhi; 1954-55, Independent Yoga Therapeutist; 1955-57, Hony Yoga Therapeutist to the late President of India, Dr. Rajendra Prasad; 1957, Independent Yoga Therapeutist; 1957-61, Director, Yoga Prasar Samiti Yogashram, New Delhi; 1961-81, Adviser, Yoga Advisory Research Cttee, Min. of Health, Goi, 1968. Advisor, Union Public Service Commission, Goi, 1970, Member, Yoga International Committee of World Scientific Yoga Conference, December 1970. Founder. Yoga Health Centre, Faridabad, January 1971.

Born at Batala, an industrial town in Punjab, in 1917, he had his schooling at Sialkot a neighbouring district now in West Pakistan.

He remembers he was a good student and he qualified as radio communication engineer. An attack of intestinal tuberculosis in 1936 changed the course of his life,

Suri lost no time in seeking out his teacher, Yogacharya Prakash Dev. founder of the Yoga Prasar Samiti and Yogashram.

Prakash Dev was no man of muscles, but his scholarship in yoga was impressive. Suri put himself under his tutelege, and in three months he was well on the way to recovery. Besides physical training, Parkash Dev also introduced Suri to the original texts on Yoga.

Another person who influenced Suri was Dev Vohra, a disciple of Prakash Dev who is now State organiser of Yoga Training, Chandigarh, Punjab. Suri also had the good fortune of meeting and discoursing with famous teachers like Kuvalayananda of Lonavala, Sivananda Saraswati of Assam, Umananda of Ajmer and Sivananda of Rishikesh.

Restored to normal health within a year Suri started yogashram at Sialkot and became honorary director of the Yoga Physical Training Institute, Sialkot. In 1948, after the partition of India, he came to Batala and establised an institute there. In 1952 Alexander Markey of Hollywood was so impressed and he made a documentary on Yoga entitled Son of India with Suri in the central role. Because of financial difficulties the documentary was never released.

Suri became secretary general of the Yoga Prasar Samiti New Delhi in 1954. He also started practice in yoga therapeutics.

On the death of Yogacharya Prakash Dev in 1959, Suri became director of the Yoga Prasar Samiti and the Yogashram. He is also consultant to the Psycho and Spiritual Research Institute New Delhi for its Yoga Therapy training department.

YOGA SHIROMANI

Dr. (Mrs.) Kanta Gupta

YOGA MNADIR, NEW DELHI



Born on 11th January, 1935 in Nagina Distt. Bijnore in a highly educated and affluent family of Zamindars. Father Late Shri Anand Swarup Gupta M.Sc. LL.B. and Mother Chandra vati actively participated in pre independence struggle. Mother worked with Late Smt. Kamla Nehru and others. With a brilliant academic record did M.A., LL.B., Ph. D, from Delhi University; Won many distinctions, awards and scholarships at College and University level; Did proficiency in German Language from Goethe Institute, Maxmuller Bhavan New Delhi.

Teaching as senior Lecturer in Sanskrit, Kalindi College for women (University of Delhi) Since July 1967, Bursar of the College 1969 to 1978. Acting Principal—1978 ; Vice Principal 1982 1983. Teaching M.A. Classes in the University Since 1977; Examiner and Paper setter—B.A. Pass, B.A. Hon. M:A., M.Phil.—in Delhi and Rajasthan University : Guiding Research Students for M.Phil. and Ph.D., Delhi University.

Prolific writer on yoga and indology ; about 30 research publications and articles published in esteemed yogic magazines and renowned academic journals. Translated "Ashtang yoga Prakash" of Acharya Bhagwan Dev in English entitled 'Light of spiritual Discipline' ; chief editor of 'Sansad Mein Bhagwan Dev' ; co-editor of "Karmayogi Bhagwan Dev" ; Have done a deep, analytical critical and philosophical study entitled. 'The Yogavasisth—a study' for post-doctoral Research Project ; serving on Editorial Board of Yoga Mandir ; a monthly magazine since 1976, Chief Editor of the Historical Souvenir 'Yoga Nidhi'—to be published on the occasion of world Yoga Conference in December, 1986.

Attended various national and International seminars and Conference is India and abroad.

Associated with various social, literary, cultural and academic institutions—Arya orphanage, Pataudi House, Children's Free Dispensary Association, Bhartiya Gramin Mahila Sangh -Indian Council of Child Welfare ! Delhi University Court Member from 58—68 ; Vichar (AICC (I) Cell) Legal Aid for Women AICC (I) cell) etc. etc.

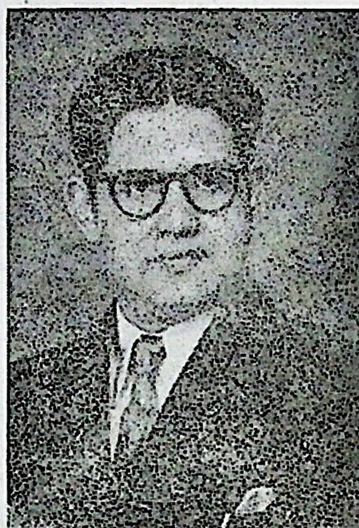
Practicing Yoga and meditation regularly. Deeprooted interest in Yoga—and its dissemination ; Member—Executive Committee Yoga Prachar samiti'—International Aryan league, Delhi ; Member, Executive Committee 'All India Yoga Science Association Since 1976 Honorary Secretary General of 'Maharshi Dayanand Yogashram Society, under whosbanner world yoga conference is being organised and held on 29th and 30th December, 1986,

Attended various national and internatioal seminar and conferences.

Was Conferred the title of "YOGA SHIROMANI" by President Giani Zail Singh at New Delhi on 29th December, 1986 on the occasion of World Yoga Conference.

Dr. P. S. Vaishwanar

BOMBAY



Dr. P. S. Vaishwanar, living in Gold Mist Flat No.13, J. V. P. D. H. I. G. Flats, Gulmohar Road, Bombay. was born on 14th November, 1923.

Educational Qualifications

1947	Medical College, Agra	M.B.B.S.
1952	I.C.M.R., Cirman, I.F.	Diploma in Nisitıa
1956	Medical College, Nagpur Maharashtra State	M.D.
1981	International Medical Science Academy, New Delhi	F.I.M.S.A.

Now Principal, Rural Medical College of P.M.T. Loni 413713. Tal. Shrirampur Dist. Ahmednagar, Maharashtra

Present Adviser

1986 Member & Adviser-Central Council for Research in Yoga & appointed by Monga Health

1986 Consultant for — Medical Research Hospital, College Puplu Health Project

Sr. No.	Year	Designation
8	1947-61	Reader/Lecturer/Demonstrator in Physiology and Biochemistry at Medical Colleges and Hospitals in Nagpur, Indore and also House Surgeon at Irwin Hospital, New Delhi.

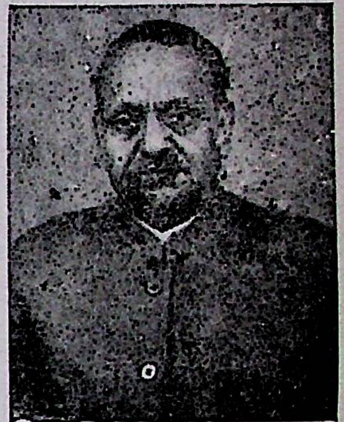
RESPONSIBILITY

a) Taught and participated in the teaching programme of the undergraduates and postgraduates at these Medical Colleges the subjects of Physiology and Biochemistry.

b) Also conducted researches and established the Clinical Laboratories at Medical College and Hospital Centres.

c) Worked also in the Clinical Discipline in the hospital.

Yogacharya
B. K. AGGARWAL

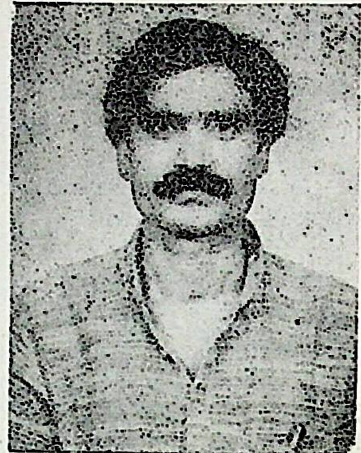


Shri B. K. Aggarwal (Bal Krishan Aggarwal) Born on Lohri Day, the 13th January 1925. Brought up in village Channu (Punjab) : studied in Mahatma Hans Raj High School Bhatinda and D.A.V. College Lahore. Very intelligent, very sharp memory and very good health ; was scholarship holder when admitted to D.A.V. College Lahore. Instead of studies, took active part in Freedom Movement at the cost of his studies ; was arrested twice ; remained underground for more than six months. Worked with Dr. Gopi Chand Bhargava, Com. Ram Kishan, Lala Achint Ram, Shri Om Prakash Tirkha, S. Iqbal Singh, Shri Ram Kishan Gupta, Prof. Prem Bhasin, Munshi Ahmed Din, Prof. Tilak Raj Chadda, Shri Som Prakash Sheida, Baba Abdul Gani, Shri Pritam Lal, Sardar Harbhajan Singh Ahluwalia. Shri I.K, Gujral. Shri Krishan Kant etc.

Attended underground meetings of revolutionery e. g. Aruna Asaf Ali at Sikh National College Lahore and other places. Was a very good all round player particularly Gymnastics. Even at college used to do yoga Asans. Did B.Sc., B.Ed., M.A. (Psychology, M.Ed., (Delhi University) Educational planning and Administration (UNESCO).

Remained Headmaster, Principal, Education Officer, Assistant Director and Deputy Director of Education, Delhi for 3o years. Doing yoga work since 1948. Did lot of study in yoga and its practices. Started teaching yoga since 1966. He has been President of Lajpat Rai Memorial Society, Bharat Bal Vatika, Bharat Scouts and Guides, Delhi City and New Delhi Districts, Teachers Association. Principal Association, Secretary Forum of Education, Officers Association. Vice President Jawaharlal Nehru Youth Centre. Chairman yoga teaching implementation committee, Directorate of Education Delhi. Appointed 700 yoga teachers ; has written several books. Actively associated with Lajpat Bhawan, Bhawan, All India Freedom Fighter Association etc. In fact he is a vevoted and dedicated social worker.

Basudeo Ravat



226-B/7, Prakash Mohalla, East of Kailash,
Near Sapana Cinema, New Delhi-110065

Date of Birth : 2—7—1 9 5 6

Academic Qualifications : Graduate from Mithila University, Darbhanga.

Diploma in Yoga Education, 9month course, from G.S. College of Yoga. Kaivalyadhama, Lonavla. Pune.

Experience : about 4 years;

—Worked as a Yoga Instructor in Kaivalyadhama Yoga Institute from May 1 to June 1, 1983.

—Working as a part time Yoga teacher in Bhartiya Institute of Yoga and Nature Cure, New Delhi;

Also taking individual Yoga Tutions;

Teaching cases of various types of diseases and imparting curative knowledge of Yoga to various individuals;

Yoga has Complete message for humanity. It has a messege for the human body. "It has a message for the human mind. And it has also a message for the human soul." Yoga has a dynamic, vital and vigour for human life. Any part of the life that is root of success is the health and activeness.



Dr. Ms. Rita Rani Bhalla

a) B A. from Punjabi University, Patiala in April 1976

b) M.A. Second Class in HINDI from H.P. University in July 1979.

c) Diploma in Yoga Gold Medalist from H.P. University in Sept. 1980,

d) Diploma Course in Yoga from Yogic Teachers' Training Centre, KATRA VAISHNAVI DEVI (JAMMU-KASHMIR) in Feb., 1983.

e) Ph. D, from Punjab University in June 1986 in the Subject (HINDI KE YOG PARAK SAHATYA KA VISHLESHN ATMAK) (ADHAYAN NARI KE SANDHARV MEN)

f) Certified National Judge in Yoga.

Beyond the above she has conducted and participated in the Yoga camps organised on National level.

She also has published works to her credit in the subject of YOGA. She has also given talks in the subject of Yoga on All India Radio,



Yogiraj Vethathiri Ji

Second Seaward Steel
Valmiki Nagar Madras-600041

Swami Vethathiri was bom in the year 1911 in an indigent weaver's family of Guduvancheri, a small village near Madras. Constrained to go without the barest necessities of life even, despite toiling at the loom from early morn to late night, his formal schooling stopped with Standard III. A deligent student, he educated himself to the level of Standard IX.

Entering service in the Postal Audit Office, Madras on a monthly salary of Rs. 15/-, he also did part-time work selling tooth-powder and milk. He became a qualified physician in three systems of indigenous Medicine viz, Ayurveda, Siddha and Homoeopathy. Resigningfrom Govemment service in his 35th year, he went back to the weaving trade where his businessacumen brought in unprecedented material prosperity. The turnover was over Rs. 1,00,000/- per month and he owned two limousines. The entire business crashed ovenight and he had to eke out a livelihood by selling rice-pudding. By then, he had fortified his mind through meditation and philosophy and so could sail through the calamity without failing a prey to bittermess.

Three were the questions engaging his thoughts from early childhood : "Who is God ?", "What is life ?" and "Why should there be poverty in the world ?" Through research and cogitation, he was able to obtain unequivocal answers to the questions by the time he was thirty-five.

Swami Vethathiri founded the World Community Service Centre in 1958 and the Organisation has Branch-Centres all over India, in the U.S.A. and in Japan. He has not renounced or relinquished family or world in the ordinary sense of the terms but only rationalised his relationship with the external and attained equipoise. He has visited U.S.A. as many as nine times on spiritual mission ; and at 72, he has founded the World Peace Trust with the objective of building up Peace-Consciousness in all parts of the Globe. He teaches Advaita and Raja Yoga in a manner to reach out to all sections of the society and hence he is known as the "Common Man's Philosopher."

A system of simple physical exercises, Simplified Kundalini Yoga and steady Introspection—a combined practice of these three would ennoble man and lead him to realisation, according to Swami Vethathiri. And since he himself lives his teachings, his words, spoken and written, have a profound impact on all who come in contact with him.



YOGACHARYA

Swami Ritija Nand Saraswati

Chairman

Yoga Vidyalya-Patna

Yogacharya Shri R.C. Lall disciple of Swami Satyanandji Paramhansa has become the focal point of the modern movement for Yogic integration in Bihar.

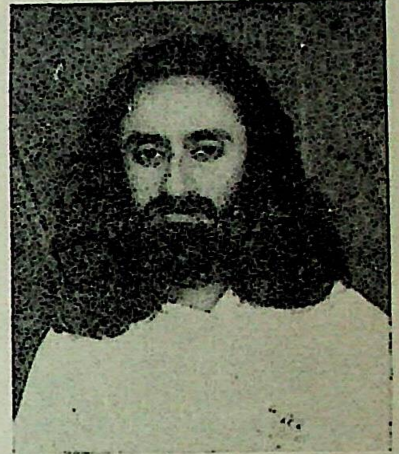
Shri R.C. Lall, was born on the 6th of January, 1921 at Khagaul (Patna) into a family which had an innate love for the saints and sages. Since he is my neighbour, we read together in school and colleges and remained in the foreign countries together, I know Shri Lall very intimately. He is a strict vegetarian from birth and even in the cold country like Lap-land of Sweden, he never touched liquor, meat, egg, onion and garlic. He is a teetotaller.

In 1952 he represented the Bihar Scouts and guides Association in the world Scouts Indaba held in London. He made an impression as a good speaker and was invited twice to broadcast from B.B C., London. Later Shri B.G. Kher, the then High Commissioner for India in London, honoured him in India House. The London county council also felicitated him. He, thereafter, visited Sweden, Denmark, Holland, Germany France, Switzarland, Italy, Egypt and Sri Lanka to get first hand knowledge of the welfare measures of these countries.

In Hamberg. he came across a German lady who was disciple of Swami Sivanandji Maharaj of Rishikesh (Himalaya). It was after meeting this German lady that he became interested in Yoga. On coming back from Europe in 1953, he was posted as the Administrative Officer at the Post and Telegraphs Training Centre, Saharanpur(U.P.). While at Saharanpur he came in intimate contact of Swami Sivanandji and his disciple Swami Satyanandji. Besides yoga, he has a fair knowledge of Palmistry.

He has a son and three daughters, who are well-placed in life. His wife is a vaishnav, pious and devoted lady.

He has written several books on yoga besides the book.



YOGIRAJ

Pandit Ravi Sanker

Chairman

Ved Vignan Mahavidyapeeth

Bangalore

Born in an eminent family,spiritual in outlook and yet modern in approach, Pandit Ravi Shanker could recite the entire Gita at the early age of four years. At the tender age of eight years he started studies in Vedic Literature by a renowned Yogi Shri Pandit Sudhakar Chaturvedi. Obtaining his Graduation in Modern Sciences he also completed his studies in Vedic Sciences before he was 18 years.

For eight years he travelled all over the globe conducting courses which have benefitted thousands of people to unfold their potential. All people who have done the courses have greatly benefitted in their physical well-being, mental health and social harmony. The most appreciable part of the course is it is simple, effortless and at the same time very effective. The ancient wisdom is integrated into practical living and hence makes life work.

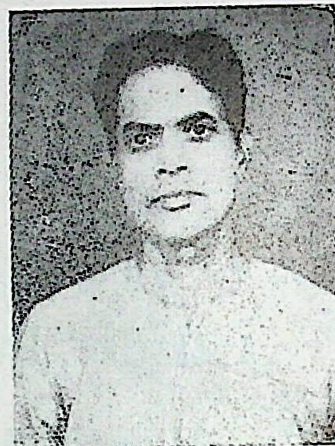
There are as many as 13 different types of courses imbibing in them principles of yoga, vedanta & upanishads.

A special course has been designed to promote the scientific aspects of vedic wisdom and a number of students are being given free training with boarding & lodging facilities at Bangalore. These students will be sent to the various parts of the world for study & research of the applied theory of the ancient Indian sciences.

YOGACHARYA

Dr. Kalidas Sadashiv Joshi

Head of the Department of yogic studies,
Saugar University, Saugar (M. P.)



M.A. (Philosophy)—I position 1962. Saugar University.

Ph. D. on a thesis on "Yoga and Personality"—1965—Saugar Uni.

Postgraduate training in yoga for one year in 1953—54 at the College of Yoga., Lonavla, under the guidance of the late Swami Kuvalayananda.

Doctor of Naturopathy (N.D.) I position—1978—Gorakhpur school of Natural therapeutics.

Has worked as the Head of the Department of Yogic studies at the University of Saugar since 1964. Has taught Yogic science in theory and practical classes at the Graduate and Post-graduate levels in the University of Saugar for over twenty years.

Has guided research for the Ph. D. Degree in the University of Saugar and Utkal University for over 10 years. One of the research scholars has been awarded the Ph. D. degree so far, and two others have completed their research work.

Has been working as the founder Secretary of the Indian Yoga Society since 1974.

Has been the founder Trustee of the International Yoga Co-ordination Centre (Yococen), New Delhi since 1977.

Worked as the Chief Editor of the Quarterly Journal "Yoga Awareness" of the Yococen for three years from 1979 to 1981.

Has been the Secretary of the Swami Pranavanada Yoga Trust of India since 1981.

Has been a member of the Court, Academic Council and Faculty of Arts and Faculty of Education of the University of Saugar from time to time.

Has been a member of the Board of studies in yoga at the Saugar University, Andhra University, and H-P-University, Simla.

Has visited Manila, Rome and Paris for giving lectures and conducting practical classes and courses for teachers in yoga, for a period of over three months.

Books :—
1. Science of Yogic Breathing, Chowkhambha, 1977.
2. Yoga and Personality, Udayana publ. Allahabad, 1966.
3. Yoga in Daily Life, Orient paperbacks. Delhi, 1967.
4. First steps to yoga. Ind. Yoga Soc., 1977.
5. Pranayama : Breathing for health, Ind. Yoga Soc. IIed. 1981.
6. Yoga se Arogya (Hindi), I.Y.S., 1978.
7. Yoga for Health and Happiness, I.Y.S. 1981.
8. Yoga, mysticism and religious experience (a descriptive bibliography) 1982.
9. Cure yourself through yoga, I.Y.S. 1982.



Mahayogini Rajyalakshmi Devi

Principal—S. V. Institute of Yoga & Allied Sciens
Tirupati (T. N.)

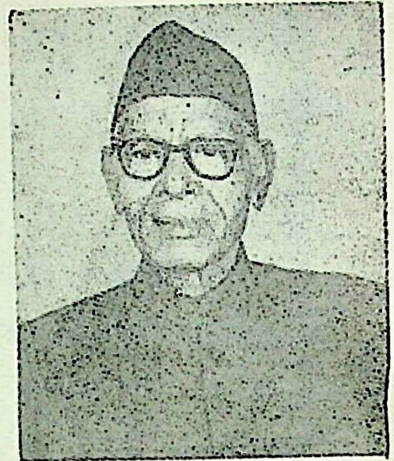
[1] Mahayogini Smt. SRY Rajyalakshmi Devi is Principal, S.V. Institute of yoga and Allied Sciences, Tirupati. (T-N.)

She has 30 years experience in yoga Education research and teaching in yoga. Direction of Special Employment Schemes.
Guidance of research work, administration as Principle, as Founder/President of several Institutions, organisation of seminars, Inspection of Yoga Institute in India and abroad.

Experience in yoga : (1) Awakened kundalini Shakti, remained in Nirvikalpa samadhi for 8 years without food and drink. (2) Demonstrated levitation (rising above the ground) Several world Conferences which appeared in Andhra Prabha, Femina 15-5-1968 (Sunday) kasturi yoga worldwide etc. attained Sahaja khechari Siddhi in yoga and other Siddhis in yoga. (3) Founder/Preisident of Sri Visveswara yoga Research Institute in 1970 at Tirupati. (4) Initiated lakhs of people in India and abroad into spritual yoga. Bleessed several states yogic to many people. (5) Mastered all yoga Shastras, Theory and Practicals. (6) Principal. S.V. Institute of yoga and Allied science Tirupati. (7) Gave legs to lame, speech to the dumb, eyes to blind for many patients through in yoga.

Research work and Publications : Undertaken the following projects ;

1. Therapeutic effects of yoga on
   (a) Diabetes, (b) Hypertension, (c) Asthma.
2. Therapeutic effects of yoga on
   (a) Spondylitis, (b) Cervicle Spondylitis, (c) Arihritis, (d) Polio mellitus, (e) Obesity.
3. Study of Physiological changes on Meditation.
4. Study of Physiological changes on Meditation Solar eclipse.
5. Study of Physiological changes on Bhramari Pranayama and several other projects.



Yogacharya Dr. R. C. Gupta

Honorary Director, Dept, of Yoga Studies,
Himachal University, Simla.

Born at Mainpuri (U.P.) in December 1903 in a highly spiritual and literary family. Educated at Mainpuri, Agra and Kanpur and graduated in Commerce in 1926 from Allahabad University.

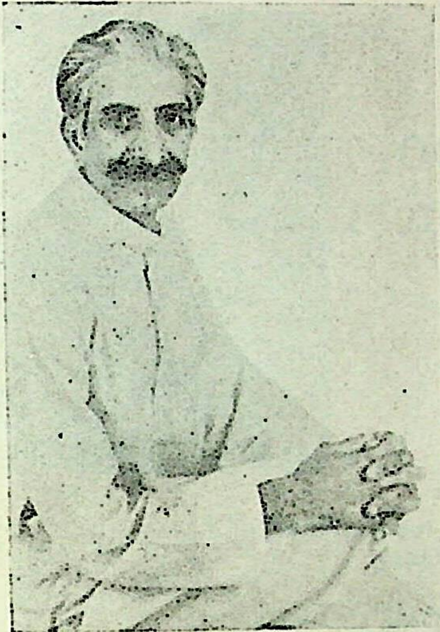
Held several responsible gazetted appointments in Central and State Government of Himachal Pradesh, and in erstwhile Princely States of Faridkot, Malerkotla and Sirpoor. After retirement from Central Government service as Under Secretary (Finance) in 1959 from the then Union Territory of Himachal Pradesh, with a brilliant record throughout, devoted his entire life in propagtion, practices and teaching of yoga to University students and the general public, with vital health and therapeutic consideration.

Mr. Gupta has already participated in more than 30 National and International conferences, seminars, workshops etc, on yoga and vital health, convened by leading Yoga Associations, Central and State Governments. He has already contributed a large number of papers, most of them already published in standard yoga journals and magazines. Besides Nepal and Ceylon, he has visited four European countries viz. Italy. Switzerland; France and U.K. In June 1985. He was invited to the Ist World Congress on Yoga and Ayurveda held in the Republic of Saw Marino (Italy), and his paper on 'Basic principles of Yoga Therapy' was greatly appreciated.

Mr. Gupta is nearly 83 years of age, but he work from early dawn till dusk with the energy and enthusiasm of a youth of twenty eight yeare or so. He is not only working as Honorary Director and Chairman, heading the Department of Yoga Studies in Himachal Pradesh University which presently conducts one ear's Diploma course for University students and others interested in becoming yoga teachers or for their own vital health through yoga.

Mr. Gupta is an eminent Yoga Teacher and Yoga Therapist. Besides imparting yoga training at the University level, he has already conducted more than 40 yoga training camps with vital health and therapeutic consideration in Shimla and other places in India. He has the reputation of treating chronic and complicated psycho-somatic, nervous, spinal, digestive and general dibility cases with considerable success,

Mr. Gupts is the author of 'Yogic Culture and the Modern Man—Secrets of vital health and happiness', Art and Science of concentration.



Yogiraj Inder Nath

Chairman,
Patanjali Yoga Centre, London (U. K.)

Indar Nath was born in Northern India, in the Punjab. He came to London with his wife and family in 1957 on the staff of the High Commission of India. Later he joined the British Post Office, and worked at the Postal Headquarters for more than 21 years until his retirement in 1983.

Born to a devout Hindu family, his interest in Yoga postures goes back to childhood. But his deeper interest in Classical Yoga developed in England.

During his years as Secretary to the Hindu Centre of London Inder met and entertained many of the visiting Swamis. In 1968 he met Ma Yoga Shakti—the first lady Swami to tour abroad. She encouraged him to devote himself to practise and spread the true message of Yoga. In the following year he derived further inspiration from Swami Satyananda. Indar's first response was to start a Yoga class at the Hindu Centre, and then to set up the Yoga Club at the Post Office Headquarters, of which he remainded Secretary until his retirement. In 1972, he founded his own Yoga Centre of North London (YCNL), later to be re-named the Patanjali Yoga Centre.

Since his retirement Inder has devoted his whole life to the Patanjali Yoga Centre, and the cause of Yoga. He has run Teachers Training courses for the British wheel of Yoga, and conducts many seminars and retreats for other Yoga groups throughout the country. Also, he takes classes for the Inner London Education Authority Evening Institutes. He is a Representative of the International Yoga Co-ordination Centre, Delhi, for the United Kingdom.

Inder was awarded the title of Yoga Shree (Lord of Yoga) by Viswa Yoga Samaj for his services in the field of Yoga for the ten years 1970—1980. This is a decennial award and was announced by the President and Chief Patron of the Samaj, Dr. Swami Gitananda, at the World Wide Yoga Congress in 1980.



Dr. Man Mohn Kapoor

New Delbi-110024

Dr. Man Mohn Kapur	Professor of Surgery All-India Institute of Medical Sciences, New Delhi
His educational qualification as	
1948-1949	B.Sc. (Hons) Zoology, Delhi University.
1955	M.B., B.S., Calcutta University
1961	F.R.C.S. (Eng), Royal College of Surgeongs, London.
From 1979-todate He is the	Professor of Surgery, All-India Institute of Medical Sciences, New Delhi-110 029, India.
1970-1979	Associate Professor of Surgery All-India Institute of Medical Sciences, New Delhi Sub-dean
1973, 1975 1976	Aiims, New Delhi Assistant Professor of Surgery Aiims,
Work Experince	
1978	Temporary Adviser, Searo for Research Study Group for Health Manpower Development Research, 1978.
Dec 1983 Apr. 1984	Short-term Consultant, Searo : Terms of reference included actions required for conducting the Tenth Regional Acmr and drafting of the Report in April, 1984 and to assist in the Tdr operations in the Region.
1984	Temporary Adviser, W.H.O. Geneva for consultation on Guide-Lines on Vasectomy.
1984	Case Study India (Training of all categories of Health Personnel).
1980 todate	Officer-in Charee, World Health Organization Collaborative Centre for Research in Human Reproduction, All India Institute of Medical Sciences, New Delhi, India.

YOGINI

Indu Jain

Chairman i & j Institutions
New Delhi-110002



WHAT LIES BEHIND US AND WHAT LIES BEFORE US ARE TINY MATTERS COMPARED TO WHAT LIES WITHIN US

Mrs. Indu Jain, 49, a philanthropist, is the wife of the well-know industrialist Shri Ashok Kumar Jain. She devotes her time mainly to propagating the concept "with in us God-is-one".

She takes keen interest in arranging programmes for the integrated development of health in body-mind and soul through yogic discipline and meditation and to articulate an 'Art-of-Living'. She has established the i & I Institutions which is an umbrella for developing links with all bodies working for spirtual transformation. She in fact serves as a link between different religions for promotion of science of consciousness, a holistic approach to life and the advance ment of peace, harmony and progress.



Dr. M. L. Gharote

Principal—G. S. College of Yogic
Culhiral Synthdois
Kaivlya dhama, Lonavala-410403

Dr. Manohar Laxman Gharote, M.A., M. Ed. (Phy), Ph. D, D.Y.P., Dip. in Sports Med. born at Chands (Maharashtra) on 21-5-1931 came in contact with Swami Kuvalayananda the Founder of Kaivaladhama Institutions at Lonavla and Bombay, first in October, 1954. After completion of two years course at the College, he worked in the Kaivalyadhama, Lonavla with Swami Kuvalayanandaji for 12 years in various capacities, like Fellow, subject for scientiest for scientific experimentation, collaborator in scientific research work as a Research Assistant. Since then he is associated with the Kaivalyadhama as a Life Member and has been shouldering the responsibility of the Principal, G.S. College of Yoga and Cultural Synthesis and Assistant Director of Research in the same Institution for over 30 years.

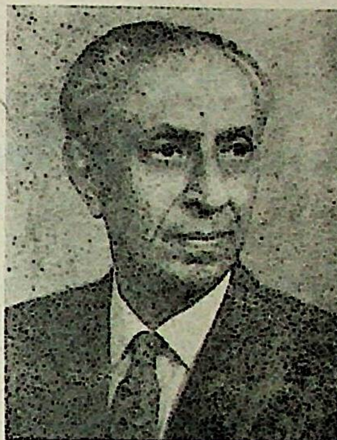
He has extensively travelled in the Western Countries for the participation in World Conferences and for conducting Seminars and Courses in Yoga for last several years.

He received Medical Research Award in 1973 from the Central Council of Research in Indian Medicine and Homeopathy, New Delhi for his research in Yogic Therapy.

In June, 1986 he was given an Award by the International Association of Ayurveda and Naturopathy in Italy for his 8 years substantial work in the field of Yoga in Italy.

Some of the books written or edited by him may be mentioned below :

1. Illustrated Yoga Curriculum for Schools (Marathi)—written for Govt. of Maharashtra.
2. Guidelines for Yogic Practices, Medha Publications, Kaivalyadhama, 1982.
3. Yogabhyas Margadarshan (Hindi) Medha Publications, 1983.
4. Yoga and Your Heart, Jaico, 1983.
5. Gheranda Samita (A critical edition of ancient Yoga Text), Kaivalyadhama Smym Samiti, Lonavla, 1978.
6. Brihadogi—Yajnavalkya—Smriti (English Translation of an important traditional Yoga text), Kaivalyadhama Smym Samiti, Lonavla, 1982.



Dr. J. M. Jussawalla

BOMBAY

Born in 1907, Dr. J.M. Jussawalla graduated from Davidson College of Natural Therapeutics in England and was appointed an assistant to Dr. V. Stanley Davidson of Lindhlar College, U.S.A. After returning to India, he founded in 1938 the Natural Therapy Clinic in Bombay, of which he is the director. In 1947, he was elected the All India Official Delegate to the Golden Jubilee Congress of the American Naturopathic Association. He was also appointed a memeber of the Planning Commission on the Health Panel of the government of India and adviser to the government of India on Nature Cure, and served on the Nature Cure Advisory Board of the Government of Gujarat State.

Dr. Jussawalla is a Director and President in India of the International Federation of the Scientific Research Society for the Prevention of Diseases by Drugless Methods and Fellow of the Naturopathic University where he received his doctorate in Physical Medicine in 1957.

The honorary director and lecturer at the physiotherapy centre for the Blind in Bombay. Dr. Jussawalla is also the Vice-President of the All India Nature Cure Federation (Akhil Bharatiya Prakritik Chikistsa Parishad). He is a practising member of the Health Practioners Association of London after attaining by examination the required standard in naturopathy, iridiag nosis, osteopathy, and chiropractic. He has been a permanent member of the American Naturopathic Association since 1947.

Dr. Jussawalla has been appointed a Special Representative of the International Society of U.S.A. Naturopathic Physicians for India.

He is the vice-chairman of the Vegetarian Society, Bombay.

Dr. Jussawalla is the President of Nature Cure Practitioners Guild (Bombay). He is a member of the Governing Body of the Central Council for Research in Yoga and Naturopathy.

Dr. Jussawalla is a member of the Scientific and Financial Advisory Committee (Naturopathy) of the Central Council for Research in Yoga and Naturopathy.

He has authored many books on Nature Cure, Vegetarianism, diet and health.



Swami Devanand Sarswati

President

Sivanand Math & yogasharm Sangh

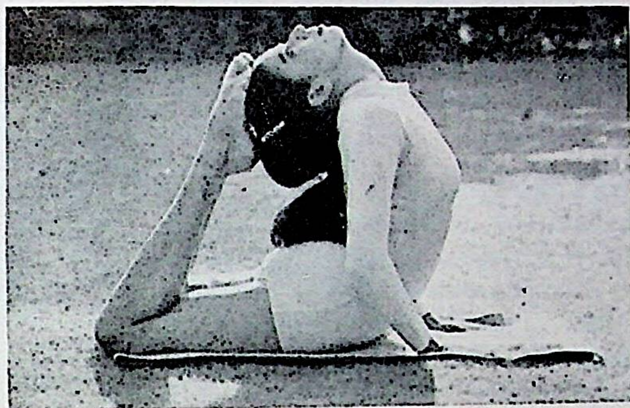
Kamakhy, Gauhati, (Assam)

Swami Devananda Saraswati is the President of Shivananda Math & Yogashram Sangha. He is also the Principal & Co-investi gator of the Reasearch Schemes undertaken by the said Shivananda Yogashram. In 1966 Swami Devananada Saraswati Joined Assam Bangiya Saraswati Math, Kakilamukh, Jorhat, Assam, established by Srimat Swami Nigamananda Saraswati Paramanshadev, Gurudev of Swami Shivananda Saraswati at the age of 15. He had undergone Yoga training in Kakilamukh, Assam under Swami Atmananda Saraswati, President of that Ashram. After two years, in 1968 he was sent to Shivananda Math for further training in Yoga upper the guidance of Swami Shivananda Saraswati, Founder President of Shivananda Math & Yogashram Sangha. Immediately after his arrival Swami Shivananda Maharaj initiated him in Sannyas and gave him intense training in Yoga and Yoga Therapy. In 1970, Swami Shivananda appointed him Co-investigator in his Research Scheme and also gave him charge of the general Yogic-Hospital at Kamkhya. Gauhati. In February, 1975 Swami Shivananda Saraswati established Shivananda Yoga-Hospital at 471, Netaji Colony, Calcutta and appointed him (Swami Devananda) incharge of the Hospital. Since then he has been rendering services as the head of the said Yoga Hospital.

He is the president of Shivananda Math & Yogashram Sangha, Shivananda Yogic-Hospital at Shivananda Yogashram, 471, Netaji Colony, Calcutta-90 which is run under his care & guidance. It is he, who gives guidance to the research work on Arthritis at this hospital. He applies the systems evolved by Swami Shivananda Saraswati Maharaj and also explores new avenues and channels to improve the system to suit individual patinets. He also works for the expansion of the hospitals & research works to meet the increasing demands of the patients for Yogic treatment.

Besides, he supervises the publication works on Yoga and Yogic-treatment Umachal Prakashani. He gets all the works done with the help of coworkers most of whom are the monks of Shivananda Math and Yogashram Sangha.

He has to conduct Yoga-classes and Yoga-demonstration also at different places of the country for propagation of Yoga and Yogic-Therapy as part of services to the nation.



Yogini Veena Devi

Baroda, (Gujrat)

Veenadevi Narharibhai Pathak popularly known as Veenadevi is a versatile genius from Baroda i.e. Gujarat. She is a trained and qualified classical dancer. She has passed her M.A. with classical dance from M.S. University, Baroda and has several awards to her credit as a brilliant performing Artist.

Long before she took to dancing as her first love she was already trained in Yoga in her early childhood. She received her primary training of Yoga from Shivanand Ashram in Rishikesh and then she was trained extensively by none other than the famous Sanyasi and Yogi-purush Pujya Shri. Dandiswâmi Datta Yogeshwardev Tirth Maharaj. Her dances have a divine touch and her yogasans have an Artistic approach.

Veenadevi has never been professional. She knows everything about Yoga but she has utilized her knowledge and the gist of Meditation for the benefit of needy and poor.

Veenadevi Conducted the Yoga classes for women under the auspices of Shri. Aurobindo Ashram Baroda for ten years. She did not charge anything for her services. Though some of the beneficiaries were the multimillion aire ladies residing in America with Indian-Origin.

She successfully cured several handicapped children with the help of only Yoga-sanas. Veenadevi might have accomplished several feats and achievements in dance and yoga. But according to her the Yoga training to the handicapped children is her only achievement which has given her complete mental and spiritual satisfaction. She was born on 6th January, 1955. She is 31 years old. But she hardly looks to be a Young girl of 21. The maintenance of physical beauty is on account of her regular yoga asanas. Her devotion to our ancient cultural heritage is surprising. She thinks that the classical dances of our country are based on Yoga. The first ever Yogi,—of this universe was Lord Shiva and the first dancer was also Lord Shiva The NatraJ.

Though she got shrungarmani award in Kathak dance and got training from the great Kathak Queen. Padmashri Dr. Sitaradevi, she tried another dance form also. Today she is considered to be one for the best young Odissi dancers. She got her Odissi training from the biggest Guru Padmashri Kalucharan Mahopatra from Cuttack. She is first performing Artist to introduce Odissi Dance form in Gujarat.

At present she is receiving advance training in Meditation.



Professor T. Desiraju

Professor and Head
Department of Neurophysiology
National Institute of Mental Health &
Neurosciences, Bengalore-560 029

Dr. Desiraju has been working in the field of Neurophysiology since November 1958. His experimental research on brain and autonomic ganglia was awarded the Phd. degree in 1964, on the adjudication of a Board of Examiners chaired by the Nobel Laureate Sir Henrp Dale and including Professor Wilhelm Feldberg, and Lord (Professor) W.L.M. Perry.

He worked at the Andhra Medical College (1958-64), All India Institute of Medical Sciences (1964-75), and now at the NIMHANS, Bangalore, since the end of 1975. He has also been bestowed, by the All-India Institute of Medical Sciences, New Delhi, the status of the Honorary Member of its Faculty in 1974.

He has been concurrently a Scientist of the Indian Council of Medical Research New Delhi, on their Research Cadre till April 1980.

Dr. Desiraju has visited and studied the working of several leading brain research centres in U.S.A., Cariada, Europe, Japan, China, and USSR. He worked at the Albert Einstein College of Medicinh, New York (1967-69), in the Departments of Anatomy, Neuroscience, and at the Kennedy Research Centre for Mental Retardation and Human Development. He has also been a Visiting Professor in Japan during 1974, and in West Germany at the Max-Planck Institute, Goettingen, during June-November 1977.

Dr. Desiraju has been conferred various national awards (1) the Shakuntala Amir Chand Prize for Medical Research by (2) the Glaxo Oration Award Gold Medal by the National Academy of Medical Sciences (India) in 1971 ; (3) the Major General S.L. Bhatia Oration Award of 1980. (4) the Shanti Swatnahar Prize in Science & Technology (Medical Sciences) of 1980. (5) the Dr. B.C. Roy National Award by the Medical Council of India, New Delhi, of 1982. (6) the Major General S.L. Bhatia Memorial Lecture Award of the Research Society of the Grant Medical College & J.J. Group of Hospitals, Bombay, December 1984 ; (7) the Basanti Devi Amirchand Prize for Medical Research by the Indian Council of Medical Research, New Delhi, for 1985 (8) the "Dr. Menino De Souza Neurology Oration" Award in January 1986, of the Medical Welfare Trust, Bombay,

Dr. Desiraju has contributed original experimental researches on several mechanisms of the organisation of the nervous system.

In recent years, he has initiated advanced researches also on the offects of malnutrition on brain development, on the Neurophysiology of altered consciousness states under Yoga, and on aspects of Psychophysiology of brain revard system, learning, etc. Out of these researches, he has so far made out 109 publications (including conference abstracts) which receive wide international recognition and citations in numerous journals, monographs and text-books.

DR. M.V. BHOLE

Chairman, Kaivalyadhama S. M.Y. M. Samiti
Lonavala-410403



Dr. Mukund Vinayak Bhole, M.B.B.S.,M.D. born on 1st june, 1935 at Bhandara (Maharashtra), Came in contact with Swami Kuvalayanandaji, the founder of the World famous Yoga Research Institute, at Lonavla in 1959. Worked in different capacities in the Scientific Research Department of Kaivalyadhama S. M. Y. M. Samiti. Presently holding the post of Joint Director of Research and Managing Editor, Yoga Mimamsa Journal. Published more than 80 articles of scientific and semi scientific nature in leading scientific Journals.

1. Visited Czechoslovakia twice as a Medical Expert in Yoga under Cultural Exchange Programme.

2. Visited Iran as a Yoga Expert—invited by Council for Cultural relations.

3. Visited England as a lecturer to teach yoga for yoga teachers and general public invited by Cambridge University.

4. Visited West Germany, Switzerland, France, Holland, Italy and other European countries for the seminars/workshops etc.

Nominated by the Ministry of Health, Govt. of India on the Scientific and Financial Advisory Board of Central Council for Research in Yoga and Naturopathy (Yoga Section).

Member of the Faculty of Medicine, University of Poona.

Achieved knowledge of Homeopathy, Accupressure, Accupuncture, Ayurveda, Modern Medicine etc., and trying to develop the subject of Yogic therapy based on purely Yogic concepts.

Compiled and Edited "Abstracts and Bibliography of Articles on Yoga" in the year 1984.

YOGACHARYA

Swami Varunananda



Yogacharya, Tantrik Srimath Swami VARUNANANDA SARASWATHI, M. A. M. Litt., Ph. D., revrently known as 'GURUDEV' was born in Thirunelveli, Tamil Nadu, South India, the land of 63 Nayanmars and 12 Alwars.

As a small child he went to live in U. K. He received his elementary and higher education both in U. K. and Malaysia. Later settled down in Sri Lanka where he received his first introduction to Spirituality through the renowned Gnani YOGAR SWAMI of Jaffna.

As a youth Gurudev's maturing spiritual quest caused him to renounce the material life after a few years of him noble academic career as an Associate University Professor of Psychology.

He took to the life of a Mystic, remaining like the globule of salad oil that floast about inside the mixture of water and methylated spirit. Untouched by the world and its travails he wandered unhindered, like the wind that blowth where it listeth'.

During his peregrination throughout India, he met H. H. Swami Sivananda Saraswathi Maharaj, Founder President of the Diving Life Society at Rishikesh in 1983 ; who initiated 'Gurudev' into the order of Sannyas. Later 'Gurudev' met his Gnana Guru, Bharateswar H. H. Jagatguru Sri. Shivananda Muneeswar of Thinnelveli, Tamilnadu from whom he had a first-hand Samadhi expeience. After attaining Tapo-Siddhi through many years of rigorous tapasya, 'Gurudev' established his first Ashram at Bendarawela Ceylon in 1965.

'Gurudev' had travelled round the globe five time. Established Yoga Vedanta Education Foundation at Gnadalupe, Clyde, U. S. A., and Samatwa Yoga Ashram at Grassvalley, California, U. S. A. In India, AUM FOUNDATION at Hossur-561 210, Gowribidanur Taluk, Kolar District, Karnataka, functions as his Head-Quarters for the dissemination of Spiritual knowledge with six other auxilliary Ashrams through out Karnataka.

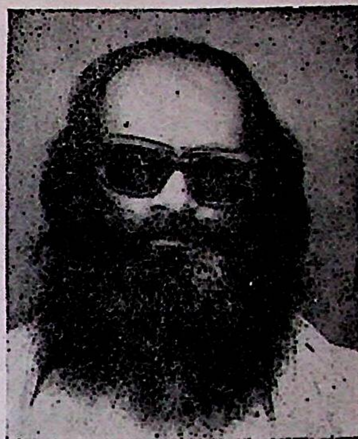
In 1985 he convened an International Tantra Convention in LONDON to spread the message of evolutionary Tantra. He also established a branch of AUM FOUNDATION in LONDON at Clapton. He is an erudite scholar, philosophical and scientific writer and had participated in many Yoga Conferences of International standard both in India and abroad.

'Gurudev' is a throughly established SAMADHI YOGI who now remains as a corporeal medium of the Divine Mother Parashakthi, the personificatian of Cosmic wisdom.

"He has within him the Light that will never fail to guide spiritual aspirants across the wild and dark forest of ignorance" said Gurudev's Master Shivananda Muneeshwar.

"Swami Varunanand Saraswathi in an accepted athority on Vedanta and Tantra but is also skilled in Hatha Yoga" says Yogarishi Dr. Swami Gitananda Giri Maharaj.

Yogiraj Siyaram Sharan Vaishnav



Situated on a hillock called Suraj Parbat in East of Kailash near Kalkaji in South Delhi, is a yoga ashram founded by the 57 year old Yogiraj Siyaram Sharan who gives lessons in yoga to men while his wife, also a trained yogini, teaches the ladies. The ashram is called Shri Vaishnav Yoga Ashram.

While young, Siyaram learnt both Hath and Sahaj yoga from his guru the famous Jhunjhunia Baba of Ajudhya. He started the life of a sadhak (seeker after truth) as a means of devotion to God, but after some time he realised that yoga was the better way for finding Parmatma as it led to both inner and outer cleanliness.

Having realised this, Siyaram devoted all his life to the study and learning of yoga in all its aspects, so that to-day he has mastered and can teach nearly 600 poses.

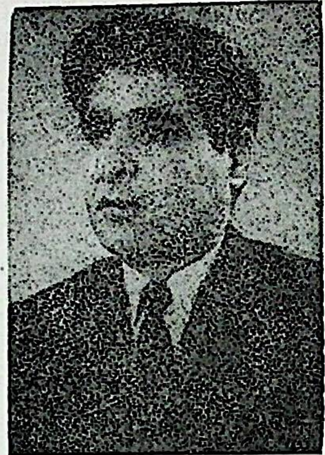
Yogiraj B. K. S. Iyengar

B. K. S. Iyengar, born in Bellur, Mysore State, during the 1918 influenza epidemic, was a sickly child, suffering a succession of serious illnesses, including typhoid, malaria and tuberculosis. When he was sixteen, his brother-in-law, a well-known exponent of Yoga, tried to cure his ailments through teaching him Yoga postures. In 1936 when Mr. Iyengar was on a demonstration tour with his Guru, a class was started at Dharwar, where the ladies insisted that the young Iyengar should be left behind to continue the work, and thus, his career was started. In 1937 he was invited to teach at Poona, where his Institute continues to flourish. Mr. Iyengar's survival after ten years of struggle, hardship, deprivation and hunger convinced him that Yoga was his vocation.

In 1952 Yehudi Menuhin became his pupil, subsequently introducing him to the Western world. Mr. Iyengar is now acknowledged as one of the great teachers of Yoga, numbering among his pupils Queen Elizabeth, the Queen Mother of Belgium, Yehudi Menuhin, J. Krishnamurthi, Clifford Curzon and Jayaprakash Narayan. He conducted classes at the National Defence Academy in Poona, has taught in London, New York, Washington, Brussels, Paris, Berne, etc. and has appeared on B.B.C. television and radio programmes.

He is author of the well-known book LIGHT ON YOGA, published by George Allen and Unwin Ltd., London.

The Iyengar family is a Yoga family. One daughter Gita has made a mark for herself as one of the eminent women Yoga teachers of India.



H. KUMAR KAUL

Principal S. D. College, BARNALA (Punjab)

Shri H. Kumar Kaul hails from a highly educated and cultured Kashmiri family. He received his School Education in Biscoe Mission Public School, Srinagar (Kashmir) As a college student he distinguished himself as the best Actor, Best Debator, Best Swimmer, best sportsman. His enviable performance in these diverse fields, brought in its wake the highest honour "All Round Best" for him when he was a student of Govt. A. S. College, Srinagar. He passed his M.A. (English Literature) and also Diploma in Education (Kashmir) and Diploma in Journalism from Delhi University with distinction. He has held various offices at the State level from time to time. In 1958 he was elected General Secretary of the State Cultural Forum.

In 1963 he joined D.A.V. College, Abohar (Punjab) and remained Head of the Department of English for ten years. In 1974 he took over as Principal of D A.V, College, Karnal (Haryana). In 1975 he became Principal of S.D. College, Barnala (Punjab). He has been practising Yoga for the last 15 years. He is the founder President of Yoga Institute, Srinagar, Founder President of Yoga Centre, Chowgam, Founder Director of the Kundalini Yoga Research Centre and has presented papers in a number of Yoga conferences and International seminars. He has won many distinctions and Awards in Practical Demonstration of Yogasan Competitions. Shri Kaul is a prolific writer. He wields a facile pen and is author of number of books including his popular book "Yoga for Health". His 60 research papers on Yoga have been published in leading journals and newspapers in India. His talks on Yoga Therapy have been broadcast from All India Radio, Jalandhar. He is a member of the Indian Academy of Yoga Banaras Hindu University, Varanasi. Life Member of the Indian Yoga Society, Sagar; and life member of all India Yuvak-Samaj, Trustes of International Centre for Tantra Yoga and conservation of Cultural property, New Delhi. Shri Kaul is a Broad reservior of Ideas and experience......................a dynamic personality.



Yogacharya G. D. Sharma

Hony. Yoga Instructor

Department of Yoga Studies

H. P. University, Shimla-171005.

Name : GANESH DATT SHARMA

Father Name : Late Sh. Ajudhia Bhagat Sharma

Date of birth : (2nd April, N.H. and Fifty) 2.4.1950.

QUALIFICATIONS :

a) **Academic** : M.A. in Second Division from H.P. University in 1982; Certificate Course in French from the H.P. University in First Division; B.A. from H.P. University in third Division in 1974; Matriculation from Panjab University in 1968 in Second Division; Doing Diploma in French and M.A. in Hindi from H.P. University.

b) **Professional** : Diploma in Yoga studies of one year's duration from H.P. University securing **First-class-first position** and **Gold Medal** and **record-holder** for the last about 6 years; Certificate course in Yoga from the Netaji Subhash National Institute of Sports, Patiala (Pb.) in 1984 securing **Grade 'A'** and **stood second on All India basis.**

Organised about 15 Yoga Training-cum-Therapeutic Camps of one month's duration each since Nov., 1983 onwards.

The camps also organised include for Army, Police and Home-guard as also to National Scouts camps etc.

Took part in the various Conferences/competitions/seminars.

(a) Awarded with the honour of *Yogacharya* in the First World Yoga Conference at Delhi in Dec., 1986 which was inaugurated by the President of India Giani Zail Singh.

(b) Certificate of Honour by Federation of Indian Yoga Training & Research Associations at Amravati in 1986, and

(c) Best performance Trophy by Shankar Yoga Institute, New Delhi in 1984.

Author of Booklet containing techniques and benefits of various Yogic processes & many other articles on Yoga.

Closely associated with the following bodies: Advanced NIS National Judge; Secretary-I (Yoga Training & Education) H.P. Yoga Prasar Sangam (Regd.): President, H.P. University Old Yoga Students Association, H.P.

Presently studying common diseases that are found in hilly people and their cure and prevention through Yoga techniques.

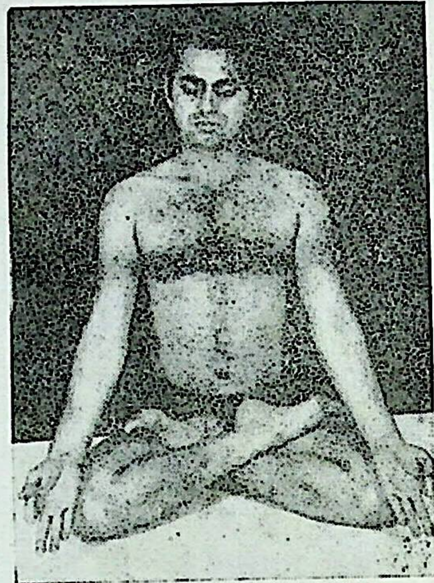
For others' welfare donated my eyes to the State Level Hospital at Shimla.

Address for Correspondence :

Gopal Cottage, Mandir Road, Upper Jakhu,
Shimla-171001 Himachal Pradesh, (India)

Yogacharya Purshottam Kanchan

Birth :– February 24th, 1953 at Jhansi (U. P.)
Inter Science with Bilogy, Physics, Chemistry, Hindi, English from Allahabad University.



Few people have the training and experience of teaching Yoga that Yogacharya P. Kanchan does. He has completed Yoga Teacher Training courses at International Shivananda Yoga Vedanta Centre, Trivandram and Bangalore as well as at Ramtirth Yogashram, Dadar, Bombay and Laxmi Vyayam Mandir, Jhansi. He is also a member of the International Yoga Fellowship Movement and a managing committee member of the Umesh Welfare Centre, Nandgaon.

Yogacharya P. Kanchan has trained the men of the Indian Air Force. He is also conducting similar training and research classes at University of Bombay, Bhabha Atomic Research Centre and several other reputed organisations, schools and five star hotels.

The Yogacharya is the Founder of the 'Yoga Research And Training Centre' Bombay. This centre besides carrying out research in the field of Yoga, conducts regular classes on Yoga exercise and therapy.

YOGABHYAS. A Guide

Yogacharya P. Kanchan has written a 400 page book, titled simply, 'YOGA BHYAS' or The Practice of YOGA, outlining the various Asanas Pranayams, Kriyas and their effects on the human body. It also explains the particular exercises which should be undertaken for particular diseases. With over 800 illustrations this book is available in India for Rs. 100.00 only, Readers abroad can get it for US 25.00 inclusive of airmail and registration charges.

Films on Yoga

To make it easy for you to understand and practise the art of Yoga Yogacharya Kanchan has made several films giving a demonstration of various Asanas. Pranayams and Kriyas. These films will be available on video in 1/2" VHS format and PAL/SECAM colour system for US 40.00 (overseas) Rs. 400.00 (India), 16 mm or 35 mm prints of these films can also be made available on special request.

This Film has been highly acclaimed by a number of Practitioners of Yoga. It not only introduces the subject in an intelligent and interesting manner but also acts as a guide to those who are already practising this science. In view of the scientific outlook of the Film, the Central Board of Film Certification has certified it as 'Educational'.

I was screened this film in World Yoga Conference at Siri Fort auditorium, New Delhi, India on 29th Dec., 1986 which was very highly appreciated by the audiences.

I feel that this film can be very useful in the field of yoga for your educational, medical health point of view and other programmes.

Enquiries :— YOGA RESEARCH & TRAINING CENTRE
B/39, Laxmi Govind Co-op. Housing Society, J. P. Road,
Andheri, Bombay-400061. Phone : 628899

YOGIRAJ SWAMI DEVI DAYAL JI

Spiritual enlightenment entails an arduous search for a great spiritual master. It was in the year 1941 that possessed with an ardent longing for yogic knowledge. Rev. Yogiraj Swami Devi Dayal Ji Maharaj had a divine meeting with Yogeshwar Mulakh Raj Ji Maharaj. Thus his selfless services to the society, deep devotion to God and prolonged meditation had fructified in the form of physical darshan of his Sadgurudev and his long cherished goal was achieved. Immensely pleased with his utmost devotion, service and sacrifice Yogeshwar Mulakh Raj Ji Maharaj, in the year 1951, showered his choicest blessings on him and commanded him to extend Mahaprabhuji's gospel of yoga to all parts of the country.

In the year 1960 on the sacred day of 'Kartika Purnima', like great yogis, while in state of Samadhi, Yogeshwar Mulakh Raj Ji Maharaj left this mortal world. All these incidents have been recorded in our publications entitled 'Yog Ka Sakshatkar' and 'Madras Yatra'.

Conferred with extra-ordinary intutional insight and predictive ability, Sadgurudev Swami Devi Dayal Ji Maharaj has been tirelessly spreading the Mission of Yoga of Ram Lal Mahaprabhu for all these years. Pioneer of Yoga, he possesses like great mystics and prophets a power of healing the sick and curing incurable diseases of those coming to him totally dejected and frustrated, irrespective of their caste, creed and colour. Because of his valuable services in the field of yoga, the area of his influence has tremendously expanded to every book and corner of the country. Master of all the eight faculties of yoga Swami Ji has enlightened the whole world by establishing regular yoga centres in various states, holding transitory yoga training-cum-treatment camps, holding demonstration of yogic processes, postures, pranayam and mudras with explanation, training yogacharyas and by writing a good number of books on yoga. Cured of their diseases innumerable patients and aspirants have attained perfect health, mental peace and bliss. His stream of divine blessings is ceaselessly flowing for spiritual elevation and benefit of the masses. A team of dedicated, divinely-inspired and devoted yogacharyas is working day and night with utmost sacrifice, single minded devotion and a sense of purpose, in order to serve the suffering mankind, engaged in about 50 regular yoga centres established under his patronage, sublime guidance and benevolence, through the length and breadth of the country.

A great practical yogi, he has opened in the heart of his devotees a treasure of piety, temperance, faith and knowledge that never perishes. He has given them the power to resist the allurement of the senses by causing a deep transformation of their minds. He has very much elevated the level of their consicousness and has cleared away the cobwebs of doubts and mists of passions through transmission of his yogic powers.

Yogi Rammurti S. Mishra

Rammurti S. Mishra, M.D., is an endocrinologist, neurosurgeon, and psychiatrist. After graduating from medical school in India, Dr. Mishra was on the staff of Podar Medical College and Hospital where he was later named chief of service in internal medicine and surgery.

Shortly afterwards, he went to London, England, for a year's advanced study in medicine. In the United States, Dr. Mishra studied American scientific methods and did research in the areas of his specialties at New York University Post-Graduate Medical College, Bellevue Hospital, Bird S. Coler Memorial Hospital, Metropolitan Hospital, and Rhode Island State Hospital for Mental Diseases. He also studied at McGill University, Montreal, Canada, and was on the staff at Queen Mary Veterans Hospital in the department of neurology and psychiatry.

Born in India of yogin parents, Rammurti S. Mishra was reared in the traditional way of a Brahmin family. His first teacher in Yoga was his mother, who instilled in her son from infancy the values and practices which shaped his thinking and development. As a youth he studied with other teachers, always seeking higher knowledge. His quest for knowledge carried him on various journeys in India—later, the world.

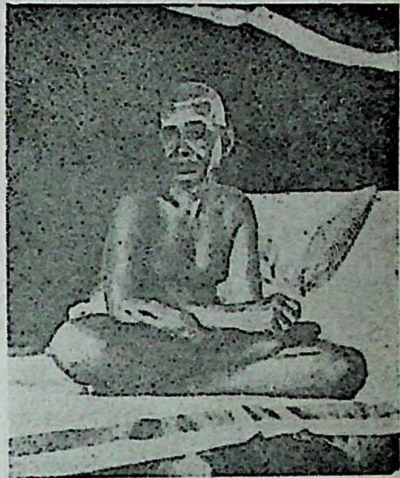
His succession of teachers and experiences led him to the world-renowned philosopher, Dr. S. S. Radhakrishnan, who is now president of India. In addition to various other teachers, the most enlightened ones among them, who absolutely transformed his life into spiritual consciousness, were Shankaracharya; Sri Purusottam-tirtha, head of the Siddh-yoga ashram, Benares; Param Sant Sadguru Baba Savan Sing, leader of Radha Swami Satsang, Dera Beas, Punjab; Baba Somanatha, leader of Radha Swami Satsang, Bombay; and Bhagavan Bodhisattva (Baba Bhagavandas) then living in Bombay.

Sanskrit was the language spoken in the Mishra household. Reading and reciting and memorizing Sanskrit poems and scriptures was an integral part of family life. Later, Rammurti S. Mishra, in his university studies, was granted the degree, Master of Oriental Languages.

With this unique combination of training and experience as his background, Dr. Mishra has produced this life-work, THE TEXTBOOK OF YOGA PSYCHOLOGY, a new translation and interpretation of Patanjali's Yoga Sutras.

Maharshi Raman A Gnana Yogi

—D. S. SARMA



The Maharshi was a *Jnana-yogin* by birth. For, at the age of sixteen, illumination came to him suddenly without any previous training or effort and at once he became firmly established in the very centre of Reality for the rest of his life.

But in the case of the Maharshi, there were no periods of sadhana, no stages of the mystic way and no laborious practice of yoga. The realization that came to him with the thought of death came once for all and it became an abiding possession.

While in the early stages he met them with a stony silence, he later became more soft and gave brief replies to their questions. One can understand his reluctance to speak when he was still living in the caves of the mountain and people came to see him mostly out of idle curiosity. As a result of his tremendous experience he was on a far higher plane than the ordinary world.

In his later life he gave rise to a spiritual movement which played its own part in the present Renaissance.

The Maharshi's illumination had a very important bearing on his mission in life. He renounce the world while he was still on threshold of man's estate and go away from home and placed himself entirely at the disposal of God and surrendered his will to the Divine will. And when disciples came to him unsought and plied him with question and begged for help he made his own experience the basis of his teaching.

Like Shankara he insisted on the Absolute as the sole reality and the unreality of the individual and the world apart from the Absolute.

The Mharshi, while insisting on the importance of Guru, taught that meditation on one's own self, rending its veils one after another till the divine spark at its centre was realized to be the universal Self, was a surer method. By this progress of *Vicharam*, as he calls it, the ego is made to merge in the Self, or, to put it another way, the mind is made to merge in the Heart.

Thus, while the traditional Vedanta suggests that one should fix one's mind on the formula "I am That" till the Absolute is realized, the Maharshi suggests that one should meditate on "I am not this" till 'I' is universalised and the realisation of "I am That I am" takes place. Accordingly, he gives a different interpretation of the traditional formula of *Sravana*, *Manana* and *Nididhyasana* in his method.

Furthermore, the Maharshi points out that *Vicharamarga* may be followed even in one's wordly life. Thus self-realization through self-enquiry is the comprehensive central teaching of the Maharshi. It is essentially a *Jnana-marga*. For, to know the Self is to be the Self.

As a teacher who stressed the supremacy of *Jnana-marga* the Maharshi was in the direct line of descent from Yajnavalkya, Gaudapada and Shankara.

The *Vicharamarga* which he incessantly advocated was a powerful plea for the revival of *Jnana-yoga*. Only, true to the spirit of the age in which he lived, he lifted it out of the particular religion which had engenered it and made it accessible to men of all religions. Hence his disciples are found among men of all faiths and races.

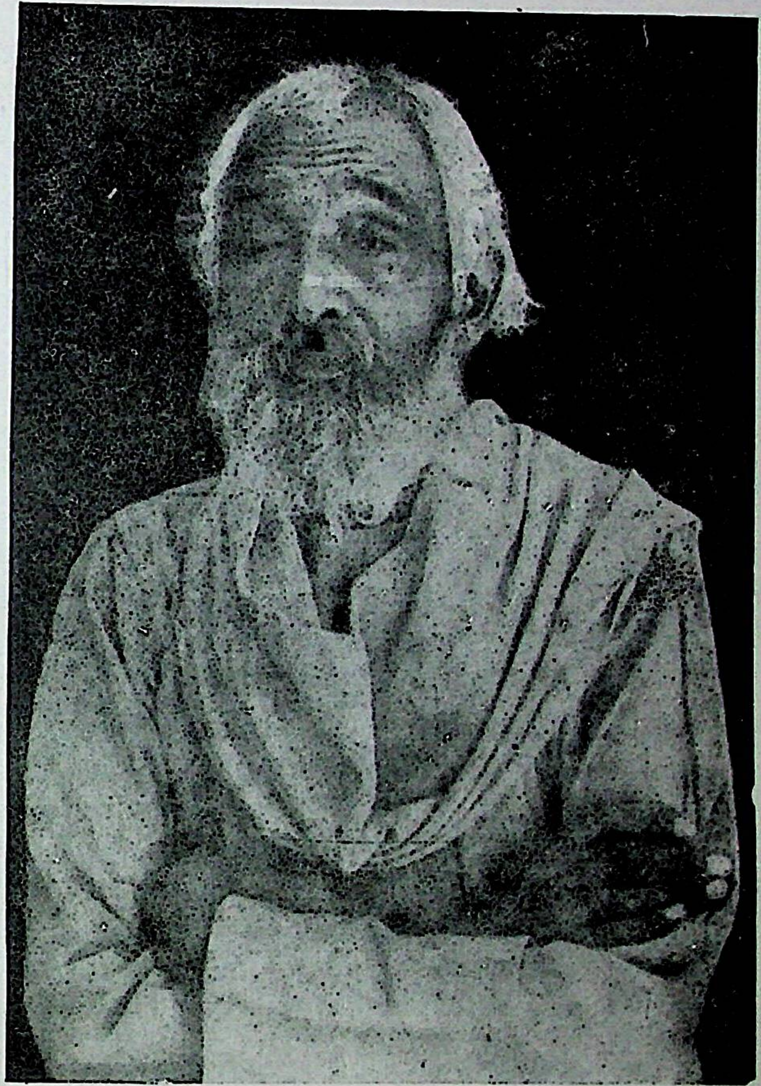
Mother Pondicherry

The Mother was born in Paris on February 21, 1878, in a very materialistic, upper middle class family. She completed a thorough education of music, painting and higher mathematics. A student of the French painter Gustave Moreau, she befriended the great Impressionist artists of the time. She later became acquainted with Max Theon, an enigmatic character with extraordinary occult powers who, for the first time, gave her a coherent explanation of the spontaneous experiences occurring since her childhood, and who taught her occultism during two long visits to his estate in Algeria.

In 1914 she visited the city of Pondicherry, which was at that time a French colony, in South India, and met Sri Aurobindo. She returned permanently to Pondicherry in 1920 via Japan and China, and when Sri Aurobindo "withdrew" from outer contact in 1926 to devote himself to the "supramental yoga", she collaborated with him and at the same time organised and developed the Ashram.

The Mother is the author of several books. Prayers and Meditations and On Education are her short but important books. She presided over the Sri Aurobindo International Centre of Education in which hundreds of students studied. The Mother herself taught classes, and her talks to the children constitute a series nine books entitled Entretiens or Conversations. She also wrote stories and short plays which were staged under her direction. Her plays are symbolic and bring out through meaningful dialogues a profound message. The play given here, The Ascent to Truth, provides an insight into various aims of life and their limitations. Towards the end of the play she indicates the secret of an integral aim of life and of the new world.

In 1958, 8 years after Sri Aurobindo's departure, she in turn withdrew to her room to come to terms with the problem of evolution. From 1958 to 1973, she slowly uncovered the "Great Passage" to the next species and a new mode of life in matter, and narrated her extraordinary exploration to her closest confidant, Satprem. This tremendous document of 6000 pages in 13 volumes is called Mother's Agenda,



ब्रह्मलीन योगी ओमानन्द तीर्थ

सोमचैतन्य श्रीवास्तव

ब्रह्मलीन श्रीस्वामी ओमानन्द तीर्थजी ने हिन्दी भाषा में पातंजल-योगप्रदीप की रचना करके भारतीय योग-परम्परा, पातंजल-योगमार्ग, योगसाधक एवं योगसाहित्य की अपूर्व सेवा की है। यह ग्रन्थ-रत्न केवल योग का ही नहीं, अपितु सम्पूर्ण गुह्य अध्यात्म-साधनाओं की साधना-पद्धतियों तथा रहस्यों को उद्घाटित करने वाला विश्व-कोष है।

पूज्य स्वामी ओमानन्द तीर्थजी के पूर्वाश्रम के विषय में अधिक जानकारी प्राप्त नहीं है। इतना ही ज्ञात हुआ है कि उनका जन्मस्थान बरेली या उसका निकटवर्ती क्षेत्र है। उनका जन्म संभवतः सन् १८८६ ई० में हुआ था। उनकी शिक्षा बी० ए० तक हुई थी। वे वैश्य हाईस्कूल, रोहतक के हेडमास्टर (प्रधानाध्यापक रह चुके थे। योग सीखने की धुन उनमें प्रारम्भ से ही थी। वे हेडमास्टर के पद पर कार्य करते हुए भी योग (संभवतः हठयोग) की साधना किया करते थे। परिवार में भू-सम्पत्ति थी तथा संभवतः वे अकेले थे। ऐसा सुनने में आया है कि उन्होंने अनिच्छा से गृहस्थाश्रम में भी प्रवेश किया था। उनकी एक सन्तान भी थी। गृहस्थाश्रम में विरक्तचित्त होते हुए भी अपने दायित्व का निर्वाह किया। परन्तु जब दैवदुर्विपाक से पहले बाल्यावस्था में एक मात्र सन्तान की तथा उसके बाद पत्नी की मृत्यु हो गई, तब वे पूर्णतया बन्धनमुक्त हो गये। उन्होंने भू-सम्पत्ति के सहित अपना सर्वस्व दान में दे दिया। उन्होंने भूमि का दान संभवतः गुरुकुल (बरेली ?) को किया था। उन्होंने हेडमास्टर के पद से भी त्याग-पत्र दे दिया। इस प्रकार पूर्णतया अकिंचन और निः स्व होकर वे अपने गुरु पूज्य सोमतीर्थजी महाराज की सेवा में संन्यास-ग्रहण कर योगसाधना सीखने पहुँचे थे।

उनके तीव्र वैराग्य एवं योग सीखने की गहरी लगन को देख कर पूज्य श्रीसोमतीर्थजी ने उन्हें संन्यासाश्रम की दीक्षा देकर उनका नाम स्वामी ओमानन्दतीर्थ रखा।

श्री ओमानन्दजी ने अन्यों के साथ ही अपने गुरुदेव के मुख से व्यास-भाष्य का समग्र अध्ययन किया था। श्रीस्वामी ओमानन्दजी पहले उर्दू-फारसी पढ़े थे। संस्कृत भाषा का ज्ञान नहीं था, परन्तु योगसाधना-काल में उनकी प्रज्ञा ऐसी परिष्कृत हुई कि वे न केवल व्यासभाष्य की कठिन भाषा को ही हृदयंगम करने में समर्थ हुए, अपितु उन्होंने उपनिषद् और गीतासहित सम्पूर्ण दार्शनिक वाङ्मय, जैन और बौद्ध-साहित्य, धार्मिक साहित्य एवं योग तथा तन्त्र साहित्य पर पूर्ण अधिकार प्राप्त कर लिया। दार्शनिक तथा आध्यात्मिक साहित्य में उनके अद्भुत पाण्डित्य की पुष्टि उनके "षड्दर्शनसमन्वय" नामक ग्रन्थ से होती है। यह ग्रन्थ पातञ्जलयोगप्रदीप की भूमिका के रूप में लिखा गया है। इसमें शेष पाँच दर्शन-शास्त्रों के साथ योगशास्त्र का सम्बन्ध दिखाते हुए प्रमाण और अकाट्य तर्कों के आधार पर छः आस्तिक दर्शनों में परस्पर अविरोध एवं पूरकता को दर्शाया गया है।

ध्यानावस्था में उन्हें पूर्वयोगियों के दर्शन होते थे, उनसे योग-क्रियाओं के सम्बन्ध में उन्हें पथ-निर्देश मिलता था तथा योगसाधनों में उत्पन्न विघ्नों या रोगों के शमन के लिये उपाय भी प्राप्त होता था।

अन्त में वे अपनी प्रखर तपस्या, तीव्र लगन, गुरुभक्ति और ईश्वर-कृपा के द्वारा योग के अन्तिम सोपान समाधि में सहजभाव से आरूढ़ होने में सफल हुए। समाधि-सिद्धि से पूर्व उन्हें अनेक योग-सिद्धियाँ प्राप्त हुईं, परन्तु उन सिद्धियों के प्रलोभन में नहीं फँसे। अन्ततः श्रीस्वामी ओमानन्दजी ने साधना साम्राज्य को जीतकर योग क आदि गुरु हिरण्यगर्भ ईश्वर का साक्षात् कर ही लिया। वे योग-सिद्ध बन गये। इसके बाद उनका जीवन-कल्याणार्थ पूर्णतया ईश्वर-प्रेरित एवं ईश्वर समर्पित हो गया।

योग-सिद्ध होने के बाद इतस्ततः भ्रमण करते हुए उनका सम्पर्क उस समय के विभिन्न योग-मार्गों के श्रेष्ठसिद्ध गुरुओं के साथ हुआ था। विभिन्न साधना-मार्गों के अपने निजी विशद अनुभव के आधार पर उनका यह निश्चित मत था कि संस्कारों का क्षय तथा चित्तवृत्तियों का निरोध केवल योग के द्वारा ही संभव है। मोक्ष केवल ईश्वर के अनुग्रह से ही मिल सकता है। ईश्वर के अतिरिक्त अन्य देवी-देवताओं के क्षेत्र और सामर्थ्य निश्चित एवं सीमित हैं।

केवल योगसाधना तथा एकेश्वरोपासना में ही अपने मन को केन्द्रित करो सिद्धियों के प्रलोभन में पड़कर लक्ष्य-भ्रष्ट न हो।

"पातंजलयोग के शुद्ध स्वरूप का प्रसार"—उनके जीवन का एकमात्र लक्ष्य था। उन्होंने निःस्व स्थिति में स्वयं बहुत कष्ट उठाकर योगसाधना सीखी थी। इसलिये योगसाधकों की कल्याण-भावना से उन्होंने रेहलू (जि० कांगड़ा) तथा पुष्कर (जि० अजमेर) में पातंजल योगाश्रम नाम से दो आश्रमों की स्थापना की थी।

ब्रह्मर्षि दामोदर सातवलेकर जी

सत्यपाल शर्मा एम० ए० वेदशिरोमणि

सावन्तवाड़ी रियासत में कोलगांव में भाद्रपद कृष्णाषष्ठी शक संवत् १७८९ तदनुसार १९ सितम्बर १८६७ को पूज्य पंडित जी का जन्म हुआ। पिताजी का नाम दामोदर भट्ट तथा माता का नाम लक्ष्मी बाई था। श्रीपाद इनका मूल नाम है। सातवलेकर घराना आचार-निष्ठा तथा वेद-मंत्रों के शुद्ध उच्चारण के लिए बहुत विख्यात था। आठवें वर्ष में इनका उपनयन कर दिया। संस्कृत, अंग्रेजी आदि का निजी रूप में ही अध्ययन किया, साथ ही चित्र-

कला में भी कुशलता प्राप्त की। पूज्य पंडितजी चित्र-कला में इतने प्रवीण थे कि अपने समय में वे एक उत्कृष्ट कलाकार रहे। १८९० से १९०० तक का बम्बई का निवास-काल चित्रकला की साधना का ही था।

हैदराबाद के प्रसिद्ध वकील श्री केशवराव कोरटकर के कारण श्रीपाद आर्य समाज के सम्पर्क में आए। इन्होंने आर्य समाज का काम भी बड़ी लगन के साथ किया। हैदराबाद में इन्होंने अपनी सबसे पहली संस्था "विवेक वर्धिनी" खोली, जिसमें एक व्यायामशाला, एक स्कूल तथा व्याख्यानमंडल था। इसके बहुत-से छात्र आगे जाकर बड़े देशभक्त और क्रान्तिकारी बने। इन्हीं दिनों वेद की ऋचाओं पर एक लेख लिखा जिसे श्री तिलक ने 'केसरी" के सम्पादकीय के रूप में स्थान दिया। तभी से उनकी वेदों में रुचि बढ़ने लगी।

इन्ही सब बातों ने श्री सातवलेकरजी को स्वामी श्रद्धानन्द के साथ मिला दिया और उन्होंने गुरुकुल कांगड़ी में कुछ वर्ष काम किया। यहीं उन्हें राजद्रोही मानकर अंग्रेज सरकार ने गिरफ्तार किया, पर अन्त में वे निर्दोष प्रमाणित हुए। इससे निवटकर श्री सातवलेकर १९०९ में लाहौर पहुंचे और वहीं रहने लगे। यहां भी देशभक्ति के बहुत-से कार्यों में सक्रिय भाग लिया। अन्त में श्री लाला लाजपतराय के अमेरिका चले जाने पर वे पंजाब छोड़कर चले गए और औंध नरेश—जिनका पंडितजी से तभी से परिचय था जबकि वे बम्बई कालेज में पढ़ते थे और वहीं पंडित जी चित्रकला सीख रहे थे—के आमंत्रण पर औंध जाकर रहने लगे। वहां श्री सातवलेकर जी ने मौरिस फ्रीडमैन और औंध के राजकुमार श्री अप्पा साहब पन्त के साथ मिलकर एक योजना तैयार की और गांधीजी से सलाह लेकर १९३९ में औंध रियासत में पूर्णतः प्रतिनिध्यात्मक शासन पद्धति लागू करवा दी।

इसी औंध में पूज्य पंडितजी ने १९१८ में "स्वाध्याय मंडल' की स्थापना कर दी थी और वेद-मन्थन प्रारम्भ कर दिया था। १९१९ में "वैदिक-धर्म" नामक मासिक पत्र निकालना प्रारम्भ किया। भगवद्गीता की अत्यन्त प्रसिद्ध राष्ट्रीय भावनापूर्ण "पुरुषार्थ बोधिनी" टीका लिखी।

इसी बीच एक आंधी आई। देश स्वतन्त्र हुआ, पर स्वतन्त्रता के साथ ही एक ऐसी घटना हुई जिसका बड़ा वीभत्स परिणाम निकला। गांधीजी का हत्यारा नाथूराम गोडसे ब्राह्मण था। इसीलिए ब्राह्मणेतरों को ब्राह्मणों के प्रति अपना द्वेष निकालने का मौका मिला, और राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के जिला संचालक भी वे थे ही, पंडितजी उस द्वेषाग्नि के शिकार हो गए। परिणामस्वरूप औंध छोड़कर पारडी आ बसे। अब जो "स्वाध्याय मण्डल" का आश्रम है वह एक ईसाई मिशन था। उनसे सारा स्थान खरीदकर पंडितजी ने फिर से अपने आपको स्थिर कर लिया और लेखन तथा प्रकाशन का काम फिर उसी उत्साह से प्रारम्भ कर दिया।

धर्मपत्नी श्रीमती सरस्वती बाई, तथा श्री वसन्तराव और माधवराब इन दोनों पुत्रों के हाथों अपनी वीरता, देशभक्ति, वेदप्रचार, चित्रकला तथा उत्कृष्ट चारित्रिकता की जलती मशाल सौंपते हुए पूज्य पंडितजी सदा के लिए अनन्त मुक्ति-पथ के पथिक बन गए।

"दुःखेष्वनुद्विग्नमनाः सुखेषु विगतस्पृहः।
वीतरागभयक्रोधः स्थितधीर्मुनिरुच्यते।"—गीता

पंडित दामोदर सातवलेकर जी की लिखी योग पर पुस्तक 'योगासन और सूर्यनमस्कार" ने असंख्य लोगों को योग की तरफ प्रेरित किया।



योगाचार्य भद्रसेन जी

आचार्य भद्रसेन भारत के सुप्रसिद्ध उन गिने चुने विद्वानों में एक हैं जिन्होंने संस्कृत के सुप्रसिद्ध केन्द्रों में शिक्षा ग्रहण की। आपने प्राच्य आर्य शिक्षा प्रणाली के अनुसार विद्या अध्ययन किया। श्री आचार्य जी की प्रारम्भिक शिक्षा उर्दू भाषा में हुई। आप प्रारम्भ में ही विद्या अध्ययन में कुशाग्र बुद्धि थे। अतः आचार्य जी दिन में तो विद्यालय में पढ़ते और सायंकाल लाहौर के बाजारों में घूम-घूमकर लाहौर से निकलने वाले दैनिक मिलाप, प्रलाप तथा वन्देमातरम् आदि को बेचते। लगभग दो-ढाई वर्ष कानपुर में अध्ययन करने के पश्चात् श्री आचार्य जी हरदुवागंज साधु आश्रम में पढ़ने के लिए आए। क्योंकि वहां प्राच्य प्रणाली के अनुसार पढ़ाया जाता था श्री पण्डित ब्रह्मदत्त जी जिज्ञासु, श्री पण्डित शंकर देव जी आदि भारत के सुप्रसिद्ध विद्वान अध्ययन कराते थे। उपर्युक्त विद्यालय विरजानन्द ब्रह्मचर्य आश्रम के नाम से अमृतसर आ गया। अमृतसर में ये विद्यालय लगभग ३ वर्ष तक बड़ी सफलता पूर्वक चला। इतने में ही पूज्य स्वामी सर्वदानन्द जी महाराज आश्रम में पधारे पूज्य जिज्ञासु जी ने स्वामी जी की ओर संकेत करके स्वामी जी महाराज से निवेदन किया। "पूज्य स्वामी जी यह ब्रह्मचारी बड़ी लगन से पढ़ता है तथा समाज सेवा की भी इसमें लगन है। स्वामी जी महाराज ने पूज्य आचार्य जी से कहा भद्र! तुम भी जाकर काशी में विद्याध्ययन करो, तुम्हारे भोजनादि का सब खर्च मैं तुम्हारे पास प्रतिमास भेज दिया करूंगा।"

काशी में संपूर्ण पातंजल महाभाष्य, दर्शन तथा साहित्य के समाप्त होने के पश्चात् श्री आचार्य जी में आध्यात्मिक उन्नति के उद्देश्य से योगाभ्यास सीखने की उत्कृष्ठ अभिलाषा उत्पन्न हुई तब श्री आचार्य जी योगाभ्यास सीखने के लिए श्री परम पूज्य योगी राज स्वामी कुवलयानन्द जी महाराज संचालक केवल्यधाम लोणावला के पास चले गए वहां चार वर्ष तक कोर्स समाप्त करके पूज्य आचार्य जी गुरुकुल चित्तौड़ में प्राच्य आर्य ग्रंथ पढ़ाने आ गए। गुरुकुल में तीन वर्ष पढ़ाने के पश्चात् श्री आचार्य जी अजमेर आ गए तब से लेकर अब तक मुख्यतः अजमेर ही आचार्य जी का कार्य क्षेत्र रहा है। वहां योगिक चिकित्सा द्वारा सैकड़ों नर-नारियों को निरोग बना चुके हैं। आप श्री विरजानन्द वैदिक विद्यालय अजमेर के आचार्य भी रह चुके हैं तथा पातंजल योगाश्रम अजमेर के संचालक भी।

आचार्य जी ने लगभग एक दर्जन ग्रंथों की रचना की है इस समय निम्न ग्रंथ प्रकाशित हो चुके हैं—

(१) योग और स्वास्थ्य (२) प्राणायाम (३) आदर्श गृहस्थ जीवन (लगभग ३०० पेज की एक ही वेदमंत्र की व्याख्या) (४) आदर्श की ओर (५) कठिन तथा असाध्य रोगों की योगिक प्राकृतिक तथा आयुर्वैदिक चिकित्सा (६) हम आर्य हैं (७) योगासन तथा योगिक चित्रपट (८) प्रभुभक्त दयानन्द तथा उनके आध्यात्मिक उपदेश (९) आर्यकर्त्तव्यदर्श।

आचार्य भद्रसेन जी एक तपस्वी, निष्ठावान योग प्रेमी व्यक्ति थे। आपने अनेक पथ भ्रष्ट व्यक्तियों को आर्य बनाया। वैदिक यंत्रालय में अब तक ध्यान देते रहे तब तक आर्य ग्रंथों का प्रकाशन होता रहा। आपका स्वर्गवास २१ जनवरी १९७५ में अजमेर में हुआ।



योगी श्री अखण्डानन्दजी आश्रम दण्डी

प्रेषकः वि० शर्मा चैतन्यः

श्री अखण्डानन्दजी आश्रम सिन्ध पंजाब में एक सदाचारी भक्ति निष्ठ ब्राह्मण परिवार में आविर्भूत हुए। पूर्व जन्मों की साधना के फलस्वरूप आप बाल्यकाल से ही धर्मप्रिय, शान्तचित्त, दानशील, दयालु परमात्मा, ब्राह्मण, साधु, वेदादिशास्त्र, तथा गंगा के प्रति आदरभावी एवं योगाभ्यासी थे। पाकिस्तान बनने के उपरान्त आपका परिवार सिन्ध पंजाब से बम्बई में आ गया था। आप आंगलभाषा के विद्वान् थे और भारतीय ऋषियों के आदर्शों के अनुगामी थे। आप नरवर में दण्डिसन्यासी श्री विश्वेश्वरानन्द जी आश्रम से दीक्षित हुए और कुछ समय तक अपने गुरुदेव की सन्निधि में निवास करते हुए जप, प्राणायाम, धारणा आदि साधनों का अभ्यास करके आप हिमालय में तपश्चर्या करने के उद्देश्य से श्री स्वामी सत्यानन्द जी के योगाश्रम, वीरभद्र, ऋषिकेश में निवास करने लगे। श्री स्वामी सत्यानन्द जी से नेती, धौती, नौली, शंख प्रक्षालन आदि हठयोग की बहुत प्रकार की साधनाओं का ज्ञान प्राप्त किया। आप बहुत काल तक गंगोत्री क्षेत्र में रहते रहे, अतएव 'गंगोत्री बाबाजी' इस नाम से भी विख्यात हुए।

योगाभ्यास से दीर्घजीवन—आप दण्डी सन्यासी होते हुए भी उन सन्यासियों से सर्वथा विलक्षण थे कि जो योग विज्ञान से अनभिज्ञ हो कर तथा यौगिक-क्रियाओं के अभ्यास किये बिना ही योग का खण्डन करने में कुशलता प्रदर्शित करते हैं। आप यौगिक क्रियाओं का अभ्यास करके प्रायः ९० वर्ष की दीर्घायुः प्राप्त कर सके। इस चिरायुः में आपकी कान, नेत्र आदि ज्ञानेन्द्रियां तथा हाथ पैर आदि कर्म इन्द्रियां अन्त तक स्वस्थावस्था में कार्य करती रहीं, शारीरिक कार्यक्षमता, स्फूर्ति, स्मृति और प्रज्ञा शरीर-त्याग-पर्यन्त बनी रहीं—यह योगाभ्यास का प्रत्यक्ष परिणाम था।

जनकल्याण की भावना—आप दुःखित प्राणियों का यथाशक्ति सहयोग करते, योगाभ्यासियों को साधना—पथ दर्शाते, धर्माचरण, जप, दान, स्वाध्याय, यज्ञ, गोसेवा, आहार-शुद्धि, आदि की प्रेरणा करते। कुमार्ग से हटा कर सन्मार्ग पर लाने के लिए रोचक दृष्टान्त देते।

ब्रह्मचर्य—आप आजीवन अविवाहित रहे। साधकों को ब्रह्मचर्य के लिए—अल्पाहार, एकान्तवास, आत्म-चिन्तन, परमात्म-भक्ति करने का परामर्श देते।

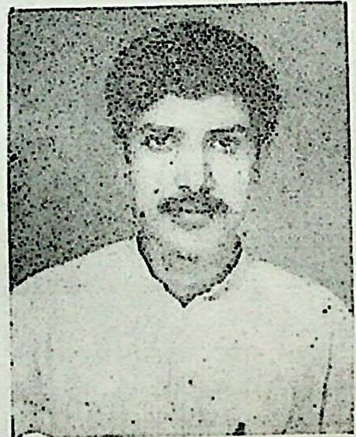
हठयोग – आसन, बन्ध, मुद्रा और प्राणायाम आदि हठयोग की साधना का अनुभवात्मक ज्ञान रखते थे।

यात्रा—तिब्बत, लद्दाख, मानसरोवर, कैलाश, चीन के कुछ भाग, काठमाण्डू आदि पर्वतीय-क्षेत्र की पद-यात्रा की थी।

गुणग्राहिता—सद्‌गुणों को ग्रहण करने में सदा तत्पर रहते। बालकों से प्राप्त होने वाले श्रेष्ठ गुणों को भी निःसंकोच ग्रहण कर लेते।

————

सूर्य मोहन ठाकुर



226 बी 12 प्रकाश मोहल्ला
नई दिल्ली-110024

जन्म तिथि 28-2-1957

बिहार प्रान्त के मिथिलांचल में स्थिति याज्ञवल्क्य मुनि के आश्रम से सटे दक्षिण महाकवि विद्यापति की भूमि से पश्चिम एवं गौतम ऋषि के पवित्र आश्रम से पूरव में अवस्थित कमतौल ग्राम है। ऋषि मुनि की उस यज्ञस्थलि में ही मेरी जन्मभूमि है।

मैट्रिक तक की शिक्षा घर पर गांव के स्कूल से प्राप्त की, सन् 1977 में दरभंगा जिलान्तर्गत चन्द्रधारी मिथिला महाविद्यालय से स्नातक की शिक्षा प्राप्त की इसके बाद कुछ घरेलू परिवेश में आकर शिक्षा का क्रम अवरुद्ध रहा। 1983 में शास्त्री प्रथम की परीक्षा अच्छे अंकों से उत्तीर्ण की। उसी वर्ष योग से पूर्णतः जुड़ गया। विश्वायतन योगाश्रम (कटरा जम्मू काश्मीर) से तीन महीना का यौगिक शिक्षक प्रशिक्षण का डिप्लोमा प्रथम श्रेणी से प्राप्त किया। इसके थोड़े दिनों के बाद से ही नई दिल्ली स्थित लाजपत भवन के प्राकृतिक चिकित्सा एवं योग कन्द्र में योग विशेषज्ञ के रूप में कार्य करने लगा। सन् 1986 में अन्तर्राष्ट्रीय प्राकृतिक स्वास्थ्य एवं योग प्रतिष्ठान नई दिल्ली से दो वर्ष का प्राकृतिक चिकित्सा एवं योग में डिप्लोमा प्राप्त किया।

योग प्रशिक्षण के बाद से अभी तक मैंने यौगिक पद्धति से बीसों व्यक्तियों को व्यक्तिगत रूप से असाध्य रोगों से मुक्ति दिलाई है जो आज तक भी योग के प्रति काफी समर्पित हैं।

सच तो यह है कि योग कोई चिकित्सा पद्धति नहीं है। यह एक जीवन का आदर्श स्वरूप है। जिसे स्वीकार करना प्रत्येक मानव का व्यक्तिगत कर्त्तव्य होता है। यदि चिकित्सा के रूप से ही योग का मूल्यांकन किया जाय तो भी यह अपने आप में पूर्ण है इसे किसी चिकिरसा पद्धति का सहारा नहीं लेना पड़ेगा और न ही यह किसी पद्धति का अंग बन कर रह सकता है। यह अपने आप में पूर्ण है।



योगी श्री शंकरलालजी महाराज

लेखक—श्री मगनभाई जेठाभाई पटेल,
"गुरु कृपा" सुन्दरा, पिन ३८८१५०
(गुजरात)

परिचय—योगी श्री शंकरलालजी महाराज विक्रमी संवत् १९२० में वसन्त पंचमी के दिन गुजरात के सुप्रसिद्ध प्राचीन नागर ब्राह्मण भक्तराज श्री नरसिंह महता के गोत्र में एक यज्ञनिष्ठ ब्राह्मण-परिवार में प्रादुर्भूत हुए। घर में आपको सोमनाथजी नाम से बुलाया जाता था। प्रारम्भिक शिक्षा पूर्ण होने पर आपको जब दूरवर्ती अंग्रेजी विद्यालय में प्रविष्ट करा दिया, उस समय आपकी माताजी ने आपको इस भय से नहीं पढ़ने दिया कि अंग्रेजी भाषा के संस्कारों से युवावस्था में आध्यात्मिक-मार्ग से पतित होने की पूर्ण आशंका रहती है। आप पीछे यह कहा करते कि—अंग्रेजी शिक्षा सम्पूर्ण करने पर मैं कोई उच्च पद तो प्राप्त कर लेता किन्तु आध्यात्मिक मार्ग से भ्रष्ट हो जाता। उसके अभाव में मैं साधना क्षेत्र में प्रगति कर सका। इसके लिए मैं पूज्या माताजी का धन्यवाद करता हूँ।

बाल्यकाल में ही आपके पिताजी का परलोक गमन हो गया और आपका एक भक्तिमती पतिपरायणा कन्या के साथ विवाह सम्पन्न हुआ। निवृत्ति मार्ग के संस्कारों के कारण आप धर्म पत्नी से गृह-त्याग की अनुमति मांगते थे। परन्तु धर्मपत्नी वंश परम्पराओं को चलाने वाले पुत्ररत्न प्राप्त होने तक गृहस्थाश्रम में रहने का समर्थन करती। कालान्तर में एक बालक का जन्म हुआ जो अल्पायु में ही परलोकवासी हुआ। तदुपरान्त स्त्री की अनुमति से आपने गृह-त्याग करके गुरुदेव की शरण ली। इधर धर्मपत्नी ने भी शेष जीवन प्रभु-चिन्तन, तपश्चर्या आदि पवित्र कार्यों में व्यतीत किया। ४५ की अवस्था में आप गृह-त्यागी हुए।

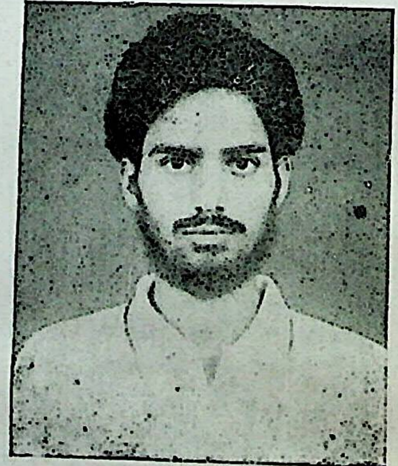
श्री शंकरलालजी को सौभाग्य से एक ऐसे सद्गुरु की उपलब्धि हुई जो १२५ वर्ष की दीर्घायु प्राप्त करके यौगिक क्रियाओं में दक्ष, बालक के तुल्य सरल, अनुशासन के पालन में सतर्क, भगवद्-भक्ति-निष्ठ और उदार चरित्र

थे। आपने गुरु दत्तात्रेयजी के स्थान (जूनागढ गुजरात) में कुछ समय गुरु प्रदर्शित मार्ग से साधना करने के पश्चात् जनपद खेड़ा में 'पचे गांव' नामक ग्राम के समीप साबरमती पर स्थित शिवालय के निकट कुटिया का निर्माण कराकर, उसमें योगाभ्यास किया था। उस कुटिया को आज भी 'बापू की मढी' नाम से पुकारा जाता है। संवत् १९८३ में जब गुजरात में भयानक बाढ का प्रकोप हुआ था उस समय की यह घटना है। एक दिन कसबारा नामक ग्राम में जब आप गये हुए थे तो उसी समय वहां पर अथाह जल का वेग उपस्थित होने से हाहाकार हो गया। दुःख पीडित जनता आपकी शरणापन्न हुई और प्रभु कृपा से वहाँ पर आपत्ति शान्त हो गई थी। इससे ग्रामीणजनों में आपके प्रति श्रद्धाभाव की वृद्धि हुई। जनता ने आप से वहाँ निवास करने का अनुरोध किया था। अतएव वहाँ के मन्दिर में निवास करते हुए आप अधिक समय वहीं पर निर्विघ्न अभ्यास करते रहे। जीवन के अन्तिम समय में 'सुन्दर नामक' ग्राम के बाहर खेत में एकान्त स्थान में योगाभ्यास किया था।

साधन-पद्धति—१-धर्माचरण, मोक्षोपयोगी ग्रन्थों का अध्ययन अजपा जप और ध्यान ये प्रमुख साधन थे। आप सूत्र रूप में संक्षिप्त तथा सारगर्भित वाक्य बोलते, समस्त सन्तों का आदर करते, निरहंकार भाव से प्रेमपूर्वक व्यवहार करते। सभी प्राणियों में भगवान् को देखते।

श्री शंकरलाल जी दूसरों के कष्टों को दूर करने का पूर्ण प्रयास करते परन्तु अपने शारीरिक सन्तापों को विवेकपूर्वक सहन कर लेते, निजी कष्टों की दशा में प्रभु से प्रतीकार सम्बन्धित प्रार्थना नहीं करते थे। आपने मठ, मन्दिर तथा शिष्यावली बनाने का प्रयास नहीं किया। श्री गुरुदेव के निर्देशानुसार आप योगाभ्यास करते रहे। इस साधना से जनता-जनार्दन की यथायोग सेवा करते हुए आपने अपने मानव जन्म को सफल बनाया। वि० सं० २०१० में पौष मास की शुक्ला एकादसी तदनुसार १५-१-१९५४ को दिन के ५-३० बजे, गुजरात में खेड़ा जनपद के पेटलाद तालुका के सुन्दर गांव के श्री जेठाभाई पटेल के खेत में शरीर-त्याग किया। वहां स्मृतिरूप में आज भी आपका एक तुलसी क्यारा तथा उसके ऊपर कमरा बनाया हुआ है।

ब्रह्मचारी राकेश पांडे



१. जन्म व जन्मस्थान :—बीस फरवरी सन् उन्नीस सौ पैंसठ (२०-०२; १९६५) में ग्राम-सांई पो० महरखां (मुगलसराय) जिला-वाराणसी के एक प्रतिष्ठितब्राह्मण कुल में हुआ है।

२. माता एवं पिता :—माता का नाम श्रीमती फूललता देवी तथा पिता का नाम श्री शिवकुमार पाण्डेय है।

३. प्रारम्भिक शिक्षा :—गांव की पाठशाला व शहर वाराणसी में हुई।

४. उच्च शिक्षा :—(क) सन् १९८१ में हाई स्कूल) (उ० प्र० बोर्ड)
(ख) सन् १९८३ में इन्टरमीडिएट (उ० प्र० बोर्ड)
(ग) सन् १९८५ में शास्त्री (बी० ए०) (सम्पूर्णानन्द संस्कृत विद्यालय)
(घ) हिन्दी साहित्य सम्मेलन प्रयाग से "साहित्यरत्न" 'प्रथम श्रेणी' में उत्तीर्ण किया।

५. योग में रुचि :—स्नातक परीक्षोपरान्त भारतीय वांगमय के धर्म, संस्कृति व योग शास्त्र में आपकी विशेष रुचि जागृत हुई।

६. धर्म गुरु :—आप ने योग प्रवर श्री १०८ स्वामी नित्यानन्द जी महाराज से योग शिक्षा ग्रहण किया।



Yoga up in Orbit

RAKESH SHARMA

When India accepted the Soviet offer to train cosmonauts for joint space programmes, a project code-named "Pawan" was initiated by the Indian Air Force. The IAF was entrusted with the task of seeing the project through because an aviator was eonsidered the most eminently suitable person for space experiments. It selected two of its best men for training in Soviet Union. While cosmonaut Sq. Ldr. Rakesh Sharma went up in space, Ravish Malhotra was in the back up team.

About the selection Sharma said : "We were selected out of 150 candidates, Different kinds of medical tests were conducted to assess how our bodies reacted to different situations. Russian doctors came to Bangalore to test us. We were kept in separate, lonely and closed rooms for 72 hours. It was a small room without any windows. Only a small lamp was provided. All alone in the room, without any book, music or anything to see or entertain or keep company. Food was served inside the room. Psychologists outside could see us. We could not see them. We were given some experiments which were to be conducted within the room. Such absolute loneliness creates tension. After different tests we were found to be physically and mentally fit. This is how we were selected."

This would remind one of the ancient culture of India where Yogis bury themselves in the ground and continue staying there without taking food, air and water for several days. Scientific monitoring of anotomic functions has shown that these Yogis are able to control activities such as oxygen consumption and heart beat. In confirmation of the fact that such functions may be brought under voluntary control, a Yogi can reduce blood pressure by doing certain Yogic exercises such as "Khechari Mudra" which can help a Yogi to even extend his life span. One excellent example given by yogic experts is the life of Yogiraj Brahmarshi Shri Deorha Baba who is said to be more then 800 years old.

Soviet Union expressed interest in collaboration with India for introduction of Yoga as part of its training of spacemen. Yoga is such a fascinating science that it could be used to control biological, metabolic and the function of mind if properly practised that specialists are lately showing interest. Sharma conducted extensive yogic exercisce during spaceflight which proved that it has benefits for cosmonauts.

Yogic experiments were carried out to see whether they could overcome the adverse effect of the weakening of muscles caused by weightlessness in Space. The result

was encouraging. Sharma also conducted biomedical experiments designed by specialists of the IAF, to study the effect of space flight on cardiovascular system, space sickness and motor function.

Changes in the electrical activity of the heart, alteration in the mechanical function and changes in the circulation as the blood shifts towards the head in the absence of gravity were also investigated by Sharma.

The Indian cosmonaut also conducted experiment in Kinetocardiography. This is a method through which low frequency oscillations caused by mechanical activity of the heart are recorded. This permits evaluation of different phases of the cardiac cycle and the efficiency of the mechanical function of the heart. This method is suitable for in flight studies as a single measurement channel is adequate for its recording.

The next experiment conducted by Sharma pertained to Ballisto–cardiography. With the help of this equipment, he studied the body movement in response to ejection and flow of blood due to heart contraction to assess haemo-dynamic functions. Recording of three dimensional mechanics under conditions of weightlessness had provided valuable data on the changes in the circulation. To minimise the ill effects of cardio-vascular deconditioning during weightlessness, various measures were prescribed for the cosmonauts. These include extensive exercises during the flight. And Yoga exercises was one of the prophylectic measures to mitigate the harmful effects of weightlessness.

Previous manned space flights have confirmed that weightlessness has produced harmful effects on the vestibular system. In the initial period, this usually manifests itself in disorientation and various space sickness. This can affect the overall performance of the cosmonauts. Sharma studied the eye movements and also the vestibular responses using various techniques. One of the measures considered to overcome the effects of space sickness was selected pre-flight yogic exercises.

For 20 minutes every day Sharma performed Yoga, two minutes each for five Yoga asanas, the Sithlikarma, Vyama Pada Hastasana, Parivarta Trikon Asana, Ustrasana and Pranayams.

A joint study on some aspects of Yogic exercises for spacemen has since been taken up by India and the Soviet Union. Five Yogic asanas were found to be particularly useful for spacemen who had to face the no gravity situation in which the heart had to do lesser pumping. Yogic exercises could also be useful in preventing space sickness. Further studies might include the efficiency of other asanas especially in toning up of muscles.

The four items which were introduced into the spacemen's menu from India were orange juice, mango juice, mango bars and banana crisps. It has been explained that the four Indian items of food were selected after rigorous study and testing by both the Indian and Soviet scientists for ensuring that the space food developed by scientists of the Defence Food Research Loboratory, was completely micropbe-free. The Indian defence scientists had earlier developed food which are now included in the survival kits for serving in high altitudes and also for personnel who went with the Indian Antarctica expedition.

महा योगिनी मां आनन्द मयी



'आनन्दमयी' नाम न तो इनके माता-पिता द्वारा दिया गया नाम है और न ही गुरु द्वारा। यह तो उनके आनन्दप्रद स्वरूप को देखकर उनके भक्तों का दिया नाम है।

'श्री मां, का वास्तविक नाम था—निर्मला सुन्दरी। बचपन से ही गांव भर के लोग इन्हें अपार स्नेह देते थे। पूर्वी बंगाल के ब्राह्मण परिवार में जन्मी यह बालिका अपने बाल्यकाल से ही इतनी आनन्दमयी स्वरूप की थी कि जाति-धर्म और सम्प्रदाय के बड़े-बड़े बन्धनों को तोड़कर, सभी लोग···चाहे वे हिन्दू हों या मुस्लिम···किसी नीच से नीच जाति के ही क्यों न हों, इस बालिका को अपने घर ले जाते और स्नेह देते। तब किसे पता था कि यही आगे चलकर जाति, धर्म, सम्प्रदाय और तमाम ऊंच-नीच के बन्धनों को तोड़ते हुए सम-भाव से विश्व कल्याण के लिए प्रमुख आधार बनेंगी।

'श्री मां' के जन्म से आज तक की घटनाएं और उनके भक्तजनों के प्रत्यक्ष उदाहरण, सचमुच आज के अर्थ प्रधान भौतिक युग की भागदौड़ के बीच दैवी-चमत्कार ही बन पड़े हैं। यह अलग बात है कि 'श्री मां' अपने आप में बहुत सरल और सहज स्वभाव की हैं।

सन् 1877 में बैसाख माह में रविवार के दिन पूर्व-पाकिस्तान के सुल्तानपुर ग्राम में श्री गिरि जी का जन्म हुआ था। ये अपनी मां की आठवीं सन्तान थीं। बचपन से ही ये शांत और मधुर स्वभाव की थीं। मां की मृत्यु के बाद ही इनकी शिक्षा का नियमित क्रम तो समाप्त हो गया पर घर पर ही रामायण और महाभारत सुनने का सिल-सिला बना रहा। कुछ समय बाद इनका विवाह श्री विपिन बिहारी भट्टाचार्य के साथ सम्पन्न हुआ। इनकी पहली सन्तान—'सर्व मंगला' का देहान्त केवल नौ महीने की छोटी सी उम्र में ही हो गया...पर कहते हैं यही गिरि जी के गर्भ से आनन्दमयी के आविर्भाव के बाद जन्मी और 'मां' की सेवा करने का अच्छा अवसर इन्हें मिला।

30 अप्रैल 1886 को 'श्री मां' का जन्म श्री गिरि जी के गर्भ से हुआ। वे जन्म से ही आनन्दमयी हैं। उनकी यही विशेषता है कि वे बहुत सहज थी। कहीं कुछ भी दिखावा करना उन्हें नहीं आता था।

'श्री मां' ने भी अपनी पूज्यनीय मां की तरह से विधिवित शिक्षा ग्रहण नहीं की। फिर भी बड़े-बड़े विद्वान 'श्री मां' की सीधी-सरल भाषा में कही गई बड़ी-बड़ी बातों के गुण तत्व को सुनकर भोंचक रह जाते थे।

उस पर 'मां' की विनम्रता तो इतनी आकर्षक है कि वे बड़े-बूढ़े पुरुषों को 'पिता जी' और अधिक उम्र की महिलाओं को 'मां' कहकर सम्बोधित करती थीं कम उम्र के लोगों को वे अक्सर 'दोस्त' कहती थी उनका अपनापन बाहर से आए आदमी को भी पूरी तरह अपना बना लेता था। न जाने कितने ही लोग देश-विदेश से उनके पास अपनी शंकाओं के समाधान हेतु आते थे पर 'मां' के बगैर कुछ कहे ही वे 'हल' पा लेते थे। दरअसल 'मां' उन्हें 'शांति' पाने का तरीका बताती। वे यह नहीं कहतीं कि 'शांति-प्राप्ति के लिए घर छोड़ दीजिए।' वे तो महज यही कहती हैं कि जो जिस हालत में है, वहीं उसे स्वयं को भगवान का दिया हुआ रूप मानकर 'उसका' भगवान स्मरण करना चाहिए।

'श्री मां' के सात्विक जीवन में असंख्य घटनाएं ऐसी घटी हैं जिनसे उनमें 'दैवी तेज' होने का आभास मिलता है। देखने में अत्यन्त सहज और आनन्दमयी श्री मां सचमुच असाधारण—दिव्य थीं।

was encouraging. Sharma also conducted biomedical experiments designed by specialists of the IAF, to study the effect of space flight on cardiovascular system, space sickness and motor function.

Changes in the electrical activity of the heart, alteration in the mechanical function and changes in the circulation as the blood shifts towards the head in the absence of gravity were also investigated by Sharma.

The Indian cosmonaut also conducted experiment in Kinetocardiography. This is a method through which low frequency oscillations caused by mechanical activity of the heart are recorded. This permits evaluation of different phases of the cardiac cycle and the efficiency of the mechanical function of the heart. This method is suitable for in flight studies as a single measurement channel is adequate for its recording.

The next experiment conducted by Sharma pertained to Ballisto–cardiography. With the help of this equipment, he studied the body movement in response to ejection and flow of blood due to heart contraction to assess haemo-dynamic functions. Recording of three dimensional mechanics under conditions of weightlessness had provided valuable data on the changes in the circulation. To minimise the ill effects of cardio-vascular deconditioning during weightlessness, various measures were prescribed for the cosmonauts. These include extensive exercises during the flight. And Yoga exercises was one of the prophylectic measures to mitigate the harmful effects of weightlessness.

Previous manned space flights have confirmed that weightlessness has produced harmful effects on the vestibular system. In the initial period, this usually manifests itself in disorientation and various space sickness. This can affect the overall performance of the cosmonauts. Sharma studied the eye movements and also the vestibular responses using various techniques. One of the measures considered to overcome the effects of space sickness was selected pre-flight yogic exercises.

For 20 minutes every day Sharma performed Yoga, two minutes each for five Yoga asanas, the Sithlikarma, Vyama Pada Hastasana, Parivarta Trikon Asana, Ustrasana and Pranayams.

A joint study on some aspects of Yogic exercises for spacemen has since been taken up by India and the Soviet Union. Five Yogic asanas were found to be particularly useful for spacemen who had to face the no gravity situation in which the heart had to do lesser pumping. Yogic exercises could also be useful in preventing space sickness. Further studies might include the efficiency of other asanas especially in toning up of muscles.

The four items which were introduced into the spacemen's menu from India were orange juice, mango juice, mango bars and banana crisps. It has been explained that the four Indian items of food were selected after rigorous study and testing by both the Indian and Soviet scientists for ensuring that the space food developed by scientists of the Defence Food Research Loboratory, was completely micropbe-free. The Indian defence scientists had earlier developed food which are now included in the survival kits for serving in high altitudes and also for personnel who went with the Indian Antarctica expedition.

महा योगिनी मां आनन्द मयी



'आनन्दमयी' नाम न तो इनके माता-पिता द्वारा दिया गया नाम है और न ही गुरु द्वारा। यह तो उनके आनन्दप्रद स्वरूप को देखकर उनके भक्तों का दिया नाम है।

'श्री मां, का वास्तविक नाम था—निर्मला सुन्दरी। बचपन से ही गांव भर के लोग इन्हें अपार स्नेह देते थे। पूर्वी बंगाल के ब्राह्मण परिवार में जन्मी यह बालिका अपने बाल्यकाल से ही इतनी आनन्दमयी स्वरूप की थी कि जाति-धर्म और सम्प्रदाय के बड़े-बड़े बन्धनों को तोड़कर, सभी लोग···चाहे वे हिन्दू हों या मुस्लिम···किसी नीच से नीच जाति के ही क्यों न हों, इस बालिका को अपने घर ले जाते और स्नेह देते। तब किसे पता था कि यही आगे चलकर जाति, धर्म, सम्प्रदाय और तमाम ऊंच-नीच के बन्धनों को तोड़ते हुए सम-भाव से विश्व कल्याण के लिए प्रमुख आधार बनेंगी।

'श्री मां' के जन्म से आज तक की घटनाएं और उनके भक्तजनों के प्रत्यक्ष उदाहरण, सचमुच आज के अर्थ प्रधान भौतिक युग की भागदौड़ के बीच दैवी-चमत्कार ही बन पड़े हैं। यह अलग बात है कि 'श्री मां' अपने आप में बहुत सरल और सहज स्वभाव की हैं।

सन् 1877 में वैसाख माह में रविवार के दिन पूर्व-पाकिस्तान के सुल्तानपुर ग्राम में श्री गिरि जी का जन्म हुआ था। ये अपनी मां की आठवीं सन्तान थीं। बचपन से ही ये शांत और मधुर स्वभाव की थीं। मां की मृत्यु के बाद ही इनकी शिक्षा का नियमित क्रम तो समाप्त हो गया पर घर पर ही रामायण और महाभारत सुनने का सिल-सिला बना रहा। कुछ समय बाद इनका विवाह श्री विपिन बिहारी भट्टाचार्य के साथ सम्पन्न हुआ। इनकी पहली सन्तान—'सर्व मंगला' का देहान्त केवल नौ महीने की छोटी सी उम्र में ही हो गया...पर कहते हैं यही गिरि जी के गर्भ से आनन्दमयी के आविर्भाव के बाद जन्मी और 'मां' की सेवा करने का अच्छा अवसर इन्हें मिला।

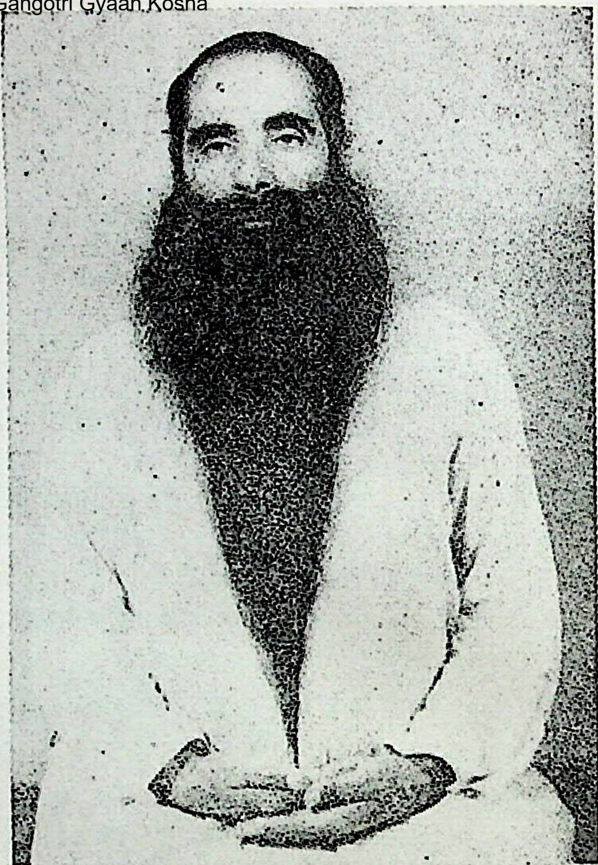
30 अप्रैल 1886 को 'श्री मां' का जन्म श्री गिरि जी के गर्भ से हुआ। वे जन्म से ही आनन्दमयी हैं। उनकी यही विशेषता है कि वे बहुत सहज थी। कहीं कुछ भी दिखावा करना उन्हें नहीं आता था।

'श्री मां' ने भी अपनी पूज्यनीय मां की तरह से विधिवित शिक्षा ग्रहण नहीं की। फिर भी बड़े-बड़े विद्वान 'श्री मां' की सीधी-सरल भाषा में कही गई बड़ी-बड़ी बातों के गुण तत्व को सुनकर भौंचक रह जाते थे।

उस पर 'मां' की विनम्रता तो इतनी आकर्षक है कि वे बड़े-बूढ़े पुरुषों को 'पिता जी' और अधिक उम्र की महिलाओं को 'मां' कहकर सम्बोधित करती थीं कम उम्र के लोगों को वे अक्सर 'दोस्त' कहती थी उनका अपनापन बाहर से आए आदमी को भी पूरी तरह अपना बना लेता था। न जाने कितने ही लोग देश-विदेश से उनके पास अपनी शंकाओं के समाधान हेतु आते थे पर 'मां' के बगैर कुछ कहे ही वे 'हल' पा लेते थे। दरअसल 'मां' उन्हें 'शांति' पाने का तरीका बताती। वे यह नहीं कहतीं कि 'शांति-प्राप्ति के लिए घर छोड़ दीजिए।' वे तो महज यही कहती हैं कि जो जिस हालत में है, वहीं उसे स्वयं को भगवान का दिया हुआ रूप मानकर 'उसका' भगवान स्मरण करना चाहिए।

'श्री मां' के सात्विक जीवन में असंख्य घटनाएं ऐसी घटी हैं जिनसे उनमें 'दैवी तेज' होने का आभास मिलता है। देखने में अत्यन्त सहज और आनन्दमयी श्री मां सचमुच असाधारण—दिव्य थीं।

अनन्त श्री हरिभक्त सच्चिदानन्द



अध्यक्ष—सिद्ध योग विज्ञान भवन
सिद्धगुफा योगाश्रम सैक्टर ४
आर० के० पुरम् नई दिल्ली-110022

आपका शुभ जन्म उपमन्यु गोत्र खजूरिया ब्राह्मण परिवार जम्मु कश्मीर में हुआ। सात वर्ष की आयु में यज्ञोपवीत संस्कार में गायत्री मन्त्र की उपासना में तन्मय हो गया। एक दिन अठारह घण्टे की योग समाधि लगी। मूलाधार पक्ष से दसों प्राण रीढ़ के अन्दर की नाड़ियों से योग पक्ष भेदन करते हुए, सहस्रार विन्द से ऊपर सूर्य मण्डल का भेदन कर, अनन्त चेतनानन्द में लीन हो गए। केवल चेतनानन्द मय प्रकाश, अनन्त असीम देश तक अपना आप ही शेष रहा। प्रातः चार बजे ध्यान में बैठा, रात्रि की आरती की शंख ध्वनि से समाधि खुली। माता ने कहा—लोग तुम्हें मृत समझकर अन्तिम संस्कार करने ले चले थे, मैंने सिर पर हाथ रखा, सिर गर्म था। लोगों को कहा—आज रहने दो, कल देखेंगे। तुम्हारा दूसरा ही जन्म हुआ, ऐसी योग समाधि न लगाया करो। योगी रात्रि के बारह बजे घर से अज्ञात प्रवास में चला गया। विश्वविद्यालय की सर्वोत्तम शिक्षा प्राप्त की। हिमालय एवं भारत के सिद्ध योगी महात्माओं से सानुभविक प्राचीन योग विद्या प्राप्त की।

कुण्डलिनी शक्ति की प्रेरणा हुई कि सम्पूर्ण शास्त्रों का तत्त्वसार योग विद्या प्रधान ग्रन्थ, सचित्र तैयार करो जो नवयुग का मार्गदर्शक, मानव मात्र का कल्याण कारक हो। "योग विज्ञान" नामक महाग्रन्थ संस्कृत वाङ्मय गद्य पद्यमय एवं देवनागरी हिन्दी अनुवाद सौ चित्र सहित इस योगी ने तैयार किया है। तीस वर्ष पूर्व जन कल्याण सरल बहिरंग योग साधना प्रणाली इस योगी ने चलाई। सन् १९५९ में दिल्ली स्टेडियम में विलक्षण योग प्रदर्शन किया।

इस योगी को अब ईश्वरीय सिद्ध प्रेरणा हुई है कि कल्पान्त जीवी विश्वेश्वर महाप्रभुजी के सिद्ध योगिकुल परम्परानुसार, समस्त शास्त्र पारंगत सर्वदर्शनयोगाचार्य तैय्यार कर, आजीवन स्वावलम्बी जनकल्याणकारी कार्य करने के लिए, भारत के प्रत्येक 'राज्य' मण्डलोपमण्डल नगरोपनगरों में, तथा भारत के मित्र देशों में "योग विज्ञान भवन" के केन्द्र चलाये जाएं। जिनमें योग आयुर्वेद ज्योतिष शास्त्रीय संगीत भक्ति नाटय संस्कृत देव नागरी सम्पर्कार्थ आङ्गल भाषालिपि अनिवार्य रखते हुए जन साधारण को लाभ पहुंचाया जाय।

डॉ. ओमप्रकाश 'आनन्द'

देव अन्तर्राष्ट्रीय योग केन्द्र मोतीझील कानपुर के प्रधानाचार्य एवं प्रधान चिकित्सक डा० ओमप्रकाश "आनन्द" का जन्म उत्तर प्रदेश राज्य के हमीरपुर जनपद के सिसोलर ग्राम के एक समृद्ध एवं धार्मिक परिवार में २६ दिसम्बर १६४६ को हुआ था। यहां से हाई स्कूल प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण करने के पश्चात् १६७० में बी. एस-सी. करने के बाद दो वर्ष तक देश के सबसे वयोवृद्ध प्राकृतिक चिकित्सक डा० महावीर प्रसाद जी गुप्ता (बिन्दकी वाले) से प्राकृतिक चिकित्सा की शिक्षा ग्रहण की। इसके पश्चात् एक वर्ष तक देश के प्रसिद्ध प्राकृतिक चिकित्सक डा० हीरालाल जी के सानिध्य में आधुनिक प्राकृतिक चिकित्सा का ज्ञान प्राप्त किया।

योग महर्षि स्वामी देव मूर्ति जी से आपने योग चिकित्सा की शिक्षा ग्रहण की।

इस प्रकार प्राकृतिक चिकित्सा एवं योग शिक्षा पूर्ण करने के पश्चात् १० अक्टूबर १६७६ को देव अन्तर्राष्ट्रीय योग केन्द्र मोतीझील कानपुर का संचालन प्रारम्भ किया जिसके माध्यम से आप योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा द्वारा प्रतिमाह लगभग १०० निराश रोगियों एवं विद्यार्थियों को इस मिश्रित चिकित्सा पद्धति से लाभ पहुंचा रहे हैं। अब तक आपके माध्यम से लगभग दस हजार (१०,०००) दवा से तंग रोगी स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर चुके हैं।

अभी तक आप द्वारा लिखित एवं सम्पादित २० पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं। इसके साथ ही विगत १० वर्षों से आप 'योग चर्चा' नामक मासिक पत्रिका का सम्पादन एवं प्रकाशन भी बड़ी कुशलता से कर रहे हैं।

देव अन्तर्राष्ट्रीय योग केन्द्र मोतीझील कानपुर के अन्तर्गत आप एक योग प्राकृतिक चिकित्सा विद्यालय का भी संचालन कर रहे हैं, जिससे अब तक लगभग १४०० योग शिक्षक, ३०० प्राकृतिक चिकित्सक एवं २५० पोलियो चिकित्सक प्रशिक्षित हो चुके हैं।

प्राप्त सम्मान —

१- इण्डिया जेसीज की ओर से १४ नवम्बर १६८१ को विज्ञान भवन दिल्ली में "टेन-टार यंग परसन" में आपका चुनाव एवं सम्मान।

२- इण्डियन नेचर क्योर प्रैक्टिशनर एसोसियेशन दिल्ली की ओर से १५ अगस्त १६८५ में आपका डाक्टर आफ नेचुरोपैथी से सम्मान किया गया।

३- प्रथम विश्व योग सम्मेलन नई दिल्ली में ३० दिसम्बर १६८६ को "योगाचार्य" पद से विभूषित किया गया।

विश्व योग सम्मेलन
संक्षिप्त विवरण

प्रथम विश्व योग सम्मेलन दिनांक २९, ३० दिसम्बर, १९८६ को खेल गाँव, नई दिल्ली-११००४९ के विशाल प्रांगण में रखा गया, जिसमें संसार भर के तमाम देशों से आए हुए पन्द्रह सौ प्रतिनिधियों ने भाग लिया। जिसमें ४०० से अधिक प्रसिद्ध योग संस्थाओं के प्रतिनिधि सम्मिलित हुए और विदेशों के लगभग १५० प्रतिनिधियों ने भाग लिया।

महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंहजी ने प्रथम विश्व योग सम्मेलन का उद्घाटन किया। महर्षि दयानन्द योगाश्रम सोसाइटी (रजिस्टर्ड), जिसने यह प्रथम विश्व योग सम्मेलन का आयोजन किया था—उसके अध्यक्ष आचार्य श्री भगवान देव जी ने प्रथम विश्व योग सम्मेलन की अध्यक्षता की। भारत के भूतपूर्व स्वास्थ्य मंत्री तथा विराट हिन्दू समाज के अध्यक्ष जम्मू काश्मीर के युवराज डा० कर्ण सिंह इस समारोह के स्वागताध्यक्ष थे। डा० (श्रीमती) कान्ता गुप्ता—समारोह की महामंत्री तथा श्री नवीन सूरी (सम्पादक, दैनिक मिलाप उर्दू, नई दिल्ली) स्वागत महामंत्री थे। श्री राजीव लोचन एडवोकेट ने मंत्री के रूप में बहुत सराहनीय व सुन्दर कार्य किया।

ध्यान शिविर

दिनांक २९ दिसम्बर, १९८६ सोमवार के दिन प्रातः ७ बजे पूज्य स्वामी श्याम जी महाराज (अध्यक्ष इन्टर-नेशनल श्याम ध्यान केन्द्र, देवघाटी कुल्लू) के सान्निध्य में सुन्दर और सुहावने वातावरण में ध्यान शिविर का कार्यक्रम ७ से ८ बजे तक लगाया गया। पूज्य स्वामी जी महाराज ने ध्यान के संबन्ध में स्वानुभव के आधार पर सरल और सर्वग्राही ध्यान के मार्ग पर प्रकाश डाला, जिससे भक्तगण बड़े प्रभावित रहे।

यज्ञ

ब्रह्मर्षि दीक्षानन्द जी महाराज (अध्यक्ष समर्पण शोध संस्थान, साहिबाबाद, जिला गाजियाबाद, उत्तर प्रदेश) की देखरेख में 'राष्ट्रीय यज्ञ' का आयोजन प्राचीन ऋषियों के युग की याद दिलाता था। ब्रह्मर्षि दीक्षानन्द जी महाराज इस महान यज्ञ के "ब्रह्मा" थे। दिल्ली के प्रसिद्ध अधिवक्ता धर्मरत्न श्री सोमनाथ मरवाह, धर्मरत्न श्री लाला इन्द्रनारायण जी (हाथीदाँत वाले), धर्मरत्न श्री विनोद खन्ना, धर्मरत्न श्री ए० पी० सरीन, धर्मरत्न श्री अमरनाथ अरोड़ा, यज्ञरत्न माता शान्ति देवी, धर्मभूषण माता चन्द्रवती जी, आदि धर्मप्रेमी परिवार दो दिनों के यज्ञ के मुख्य यजमान थे। यज्ञ के दरम्यान पू० स्वामी दीक्षानन्द जी वेदमंत्रों की बहुत ही सुन्दर व्याख्या करते थे। गुरुकुल गौतम नगर, नई दिल्ली के वेदपाठी विद्वानों ने सस्वर वेदमंत्रों का उच्चारण करके लोगों को मन्त्रमुग्ध कर दिया था।

प्रदर्शनी

प्रथम विश्व योग सम्मेलन के अवसर पर अनेक योग की संस्थाओं ने अपने साहित्य, पत्रिकाओं तथा चित्रों की शानदार प्रदर्शनी लगाई। पुस्तक, चार्ट, आदि की बिक्री की व्यवस्था भी की गई। इसमें कैवल्यधाम, लोनावाला, पुना महाराष्ट्र की प्रकाशन संस्था-मीमांसा प्रकाशन, सिद्ध गुफा सवाई आगरा, उत्तर प्रदेश का प्रकाशन विभाग, स्वामी

शिवानन्द मठ गौहाटी आसाम का प्रकाशन संस्थान, बुक सेन्टर, दिल्ली; स्वस्थ जीवन प्रकाशन राजघाट, नई दिल्ली; डाइमन्ड पाकिट बुक्स दिल्ली; उत्तरप्रदेश योग एसोसिएशन, वाराणसी; योग मन्दिर प्रकाशन, नई दिल्ली आदि अनेक संस्थाओं ने अपने स्टालों का सुन्दर आयोजन किया, जहां से संसार भर के लोगों ने दिल खोलकर योग का साहित्य खरीदा।

प्रथम विश्व योग सम्मेलन का उद्घाटन

दिल्ली के प्रसिद्ध खेल गांव के विशाल एयरकन्डिशन सभागृह में संसार भर से आए हुए विशाल जन समूह के सामने योगी शेषपाल जी द्वारा शंख ध्वनि राष्ट्रीय गान के साथ दीपक जलाकर महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंहजी ने सम्मेलन का उदघाटन किया।

सर्वप्रथम विश्वयोग सम्मेलन की आत्मा अध्यक्ष आचार्य भगवान देव जी ने अपने सारगर्भित भाषण में सम्मेलन के आयोजन के उद्देश्य पर प्रकाश डालते हुए योग विश्वविद्यालय की स्थापना की मांग की। और योग और नैतिक शिक्षा को संसार भर की शिक्षा संस्थाओं में अनिवार्य अंग बनाने का जोर दिया। सम्मेलन के स्वागताध्यक्ष डा. कर्णसिंह जी ने अपने विद्वत्तापूर्ण भाषण में गंगा की पवित्रता से पूर्व मनुष्य को आन्तरिक पवित्रता पर जोर देने के लिए सरकार और लोगों से अपील की।

महामहिम राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी ने अपने प्रभावशाली भाषण में योग की महत्ता स्वीकार करते हुए बचपन से बच्चों में योग की पवित्र शिक्षा देने पर जोर दिया। बाहरी दिखावे के आडम्बर तथा विदेशों की नकल की आलोचना करते हुए अपने पूर्वज ऋषि महर्षियों के बताए योग मार्ग पर चलने की प्रेरणा दी। राष्ट्रपति जी ने महर्षि दयानन्द योगाश्रम सोसायटी (पंजीकृत) के पदाधिकारियों विशेषकर अध्यक्ष आचार्य भगवान देव जी की इस सम्मेलन का आयोजन करने पर प्रशंसा करते हुए बधाई दी।

इस अवसर पर संसार के अनेक प्रसिद्ध योगी, विशेषज्ञों का राष्ट्रपति ज्ञानी जैलसिंह जी द्वारा 'योगशिरोमणि' उपाधि का ताम्रपत्र देकर सम्मान किया गया, जिसकी सूची इस ग्रंथ में अलग से प्रकाशित की गई है।

योग और विश्वशांति सम्मेलन—

प्रथम दिन दिनांक 29 दिसम्बर, 1986 को विश्वविख्यात योगर्षि स्वामी श्याम जी महाराज (संस्थापक-श्याम इन्टरनेशनल ध्यान केन्द्र, कुल्लू, हिमाचल प्रदेश) की अध्यक्षता में योग और विश्व शान्ति सम्मेलन का प्रभावशाली आयोजन किया गया, जिसमें अनेक योग विशेषज्ञों ने अपने विचार व्यक्त किए (जिसकी सूची इस ग्रन्थ में अलग से दी गई है) हर विद्वान वक्ता का एक ही सुर था कि संसार में योग के माध्यम से ही शान्ति लाई जा सकती है।

योग और चिकित्सा पद्धति सम्मेलन—

सायंकाल योगाचार्य श्री बी. रंगप्पा (निदेशक-श्री विश्वेश्वर रिसर्च इन्स्टीटयूट, तिरुपति) की अध्यक्षता में 'योग और चिकित्सा पद्धति सम्मेलन' हुआ जिसमें दुनिया के प्रसिद्ध चिकित्साशास्त्रियों ने सप्रमाण साबित किया कि योग चिकित्सा पद्धति सस्ती, सर्वग्राही एवं सरल चिकित्सा पद्धति है। जिसके प्रचार-प्रसार से मानव जाति शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक दृष्टि से उन्नति कर सकती है। सायंकाल दिल्ली के चार विद्यालय (1) एन० सी० जिन्दल पब्लिक स्कूल, पंजाबी बाग, (2) रामजस नर्सरी प्राइमरी स्कूल दरियागंज, (3) राजकीय उच्चत्तर माध्यमिक विद्यालय कुतुब रोड, (4) दीवान चन्द आर्य हाई स्कूल, लोधी रोड़ के छोटे-छोटे बच्चों ने बहुत ही शानदार योगासनों के कार्यक्रम दिखाए। इस कार्य को सुचारु रूप से प्रसिद्ध योगाचार्य श्री ध्यानधर श्री के सुपुत्र योगशिरोमणि गोपाल जी ने बड़ी सफलता पूर्वक संपादन किया।

दूसरे दिन 30 दिसम्बर, 1986 को प्रातः 7 बजे स्वामी श्याम जी महाराज के सान्निध्य में ध्यान शिविर लगाया गया। श्री सरदारी लाल सहगल के मार्ग दर्शन में योगासनों का प्रशिक्षण शिविर लगा। स्वामी दीक्षानन्द जी महाराज, जो यज्ञ के ब्रह्मा थे, ने 'विश्व में शान्ति स्थापित हो, ऐसी यज्ञ के द्वारा प्रभु से प्रार्थना की। यज्ञ की पूर्णाहुति के पश्चात यज्ञ का प्रसाद लेकर योग प्रेमियों ने आनन्द की अनुभूति प्राप्त की।

योग विश्वविद्यालय का पाठ्यक्रम सम्मेलन—

प्रातः 10 बजे योग विश्वविद्यालय तथा पाठयक्रम सम्मेलन का कार्यक्रम डा० आर० सी० गुप्ता (निदेशक-योग विभाग, हिमाचल प्रदेश यूनिवर्सिटी शिमला हिमाचल प्रदेश) की अध्यक्षता में हुआ जिसमें अनेक विश्वविद्यालय एवं शिक्षा संस्थाओं में योग से सम्बन्धित कार्य करने वाले विशेषज्ञों ने योग विश्वविद्यालय की स्थापना तथा उसका पाठ्यक्रम कैसा हो उस सम्बन्ध में अपने अनुभवों के आधार पर विचार व्यक्त किए। इस सम्मेलन में संसार भर से आए हुए योग विशेषज्ञों ने आचार्य भगवानदेव जी को सर्वसम्मति से यह अधिकार दिया कि योग विश्वविद्यालय की स्थापना करने संबन्धी तथा विश्व भर की शिक्षा संस्थाओं में योग को पाठ्यक्रम में योग को अनिवार्य अंग बनाने संबन्धी उचित कार्यवाही करें।

योग और विभिन्न सम्प्रदायों की एकता सम्मेलन –

योगर्षि चन्द्र मोहन जी महाराज को इस सम्मेलन की अध्यक्षता करनी थी। उन्होंने स्वामी दीक्षानन्द जी महाराज को अध्यक्षता करने को कहा। स्वामी दीक्षानन्द जी महाराज ने न सिर्फ बड़ी योग्यता से इस कार्य को निभाया परन्तु उनके भाषण का प्रभाव भी श्रोताजनों पर स्थाई पड़ा। इस सम्मेलन में विभिन्न सम्प्रदायों के महान योगियों ने इस बात को स्वीकार किया कि संसार भर के लोगों को योग के माध्यम से एक मंच पर लाया जा सकता है। हर मजहब और सम्प्रदाय की धार्मिक पद्धतियों में योग को किसी न किसी रूप में अपनाया गया है। अन्त में योगर्षि चन्द्र मोहन जी महाराज ने आशीर्वाद दिया।

योग और महिला सम्मेलन—

आई एण्ड आई इन्स्टीटयूशन की चेयरमैन विदुषी श्रीमती इन्दु जैन की अध्यक्षता में यह सम्मेलन हुआ। अनेक योग विशेषज्ञ महिलाओं ने इस बात पर जोर दिया कि एक स्त्री के योग को अपनाने से पूरा परिवार प्रभावित होता है। महिलाओं में योग के प्रचार और प्रसार की अति आवश्यकता है। इस सम्मेलन में कुमारी सविता मेहता के प्रवचन का प्रभाव काफी पड़ा तथा कुमारी उमा देवी ने बड़ी कुशलता से इस सम्मेलन का संचालन किया।

डा० कर्णसिंह, जो स्वागताध्यक्ष थे, ने सम्मेलन में आए हुए तमाम प्रतिनिधियों का आभार व्यक्त किया।

समारोह के अन्त में विश्व भर के आए हुए श्रेष्ठ यौगिक क्रिया करके दिखाने वाले व्यक्तियों ने असाधारण क्रियाओं का प्रदर्शन कर लोगों को आश्चर्य चकित कर दिया। इस कार्यक्रम के संचालन का कार्य योगीराज हरिभगत सच्चिदानन्द जी महाराज ने किया।

सम्मेलन की आत्मा आचार्य भगवानदेव जी ने संसार भर से आए हुए प्रतिनिधियों से प्रार्थना की कि संसार भर के लोगों में योग के प्रचार व प्रसार के लिए निकल पड़े। स्थान-स्थान पर योगी योग समाज और योग मन्दिरों की स्थापना करके संसार को योग के महान पवित्र झण्डे के नीचे लाने का प्रयास करें जिससे संसार में सुख, शान्ति व समृद्धि स्थापित करके मानव मात्र को सत्यं शिवं सुन्दरं की साकार मूर्ति बनाया जा सके। शान्ति पाठ के पश्चात यह महान "प्रथम ऐतिहासिक विश्व योग सम्मेलन" शानदार ढंग से सम्पन्न हुआ।



विश्व योग सम्मेलन
में
पारित प्रस्ताव

प्रथम विश्व योग सम्मेलन में आए हुए विश्व भर के योग विशेषज्ञ, विद्वान्, मनीषी सर्वसम्मति से यह प्रस्ताव पास करते हैं कि—

योग की महान, श्रेष्ठ, सर्वग्राही, मानव कल्याणकारी, भारत की प्राचीन योग विद्या शारीरिक मानसिक, आध्यात्मिक, आर्थिक एवं सामाजिक परिवर्तन का एकमात्र श्रेष्ठ एवं सर्वग्राही मार्ग है। भारत को इस महान वैज्ञानिक विद्या के प्रचार, प्रसार के कार्य में संसार का नेतृत्व करना चाहिए।

१. अत: यह सम्मेलन सर्वसम्मति से भारत सरकार से मांग करता है कि—भारत सरकार योग के प्रचार प्रसार के लिए भारत की राजधानी के समीप आधुनिक साधनों से परिपूर्ण केन्द्रीय योग-विश्वविद्यालय की स्थापना करे।

तमाम प्रान्तों में स्थापित किए जाने वाले योग महाविद्यालयों में एकरूपता लाने के लिए उसका सम्बन्ध केन्द्रीय विश्वविद्यालय के साथ जोड़ने की व्यवस्था की जाए।

२. यह सम्मेलन प्रान्तीय सरकारों से मांग करता है कि हर जिले में एक योग महाविद्यालय की स्थापना करें और उसका सम्बन्ध केन्द्रीय योग विश्वविद्यालय से किया जाए।

३. प्रथम विश्वयोग का यह सम्मेलन संसार भर की सरकारों से अपील करता है कि वे अपने यहां तमाम शिक्षा सस्थाओं में योग की महान. सर्वाङ्गीण, मानव कल्याणकारी, वैज्ञानिक विद्या को अपनी शिक्षा में अनिवार्य अङ्ग बनाएं, जिससे संसार में सुख, शान्ति व समृद्धि स्थापित हो सके।

यह सम्मेलन योग के विशेषज्ञ तथा इस सम्मेलन के सफल संयोजक आचार्य श्री भगवानदेव जी पूर्व सांसद को पूर्ण अधिकार देता है कि इस सम्बन्ध में भारत सरकार, प्रान्तीय सरकारों, यू० एन० ओ०, डब्लू० एच० ओ०, वर्ल्ड बैंक आदि संगठनों तथा तमाम विश्व की सरकारों से संपर्क करके इस कार्य की पूर्ति करवाने का प्रयास करें।

Resolutions Adopted In World Yoga Conference

During the first world Yoga conference, in which great scholars, intellectuals and Yoga experts from all over the world participated, following resolutions were adopted :—

The great, ancient science and most popular science of Yoga is conductive for human welfare and is the only way for physical, mental, social, economic and spiritual upliftment and improvement. India should head the world in disseminating and teaching the ancient and scientific knowledge of Yoga.

This conference unanimously resolves that the Government of India should establish a central Yoga University, fully equipped with all the latest and modern facilities near the capital for disseminating and teaching Yoga. Inorder to bring uniformity in Yoga colleges to be established all over the country, they should be affiliated with the central University.

2. Resolved that all the state Governments should establish Yoga colleges in all the districts of the states and they should be affiliated to the central Yoga University.

3, Resolved that all the Governments of the world should introduce this great science of Yoga as an integral part of their education system, which will bring peace, harmony and prosperity in the world.

Further resolved that this conference and all the participating expert of Yoga unanimously authorise Acharya Bhagwan Dev. Ex-member of Parliament and convenor of this conference, to corres pond, convey and take other necessary steps with the Indian Government, State Governments, World Governments, and U. N. O., World Bank and other international organizations—for the fulfilment and compliance of the above resolutions.

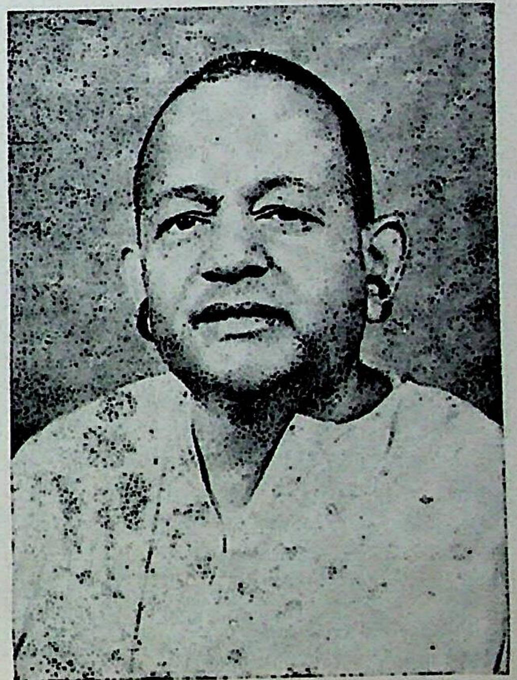
☐☐

विश्व योग सम्मेलन में आशीर्वाद देने वाले

उत्तर प्रदेश के दो महान राष्ट्रीय योगी



योगीराज चन्द्रमोहन जी महाराज
सिद्ध गुफा सवाई (एत्मादपुर)
आगरा (उत्तर प्रदेश)



महन्त अवैद्यनाथ जी
गोरखनाथ मन्दिर
गोरखपुर (उत्तर प्रदेश)

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले
योगमूर्ति दम्पति



महायोगिनी राजलक्ष्मी देवी
प्राचार्य
योग एवम् एलाईड साइन्स— तिरूपति, देवस्थान
(तमिलनाडू)

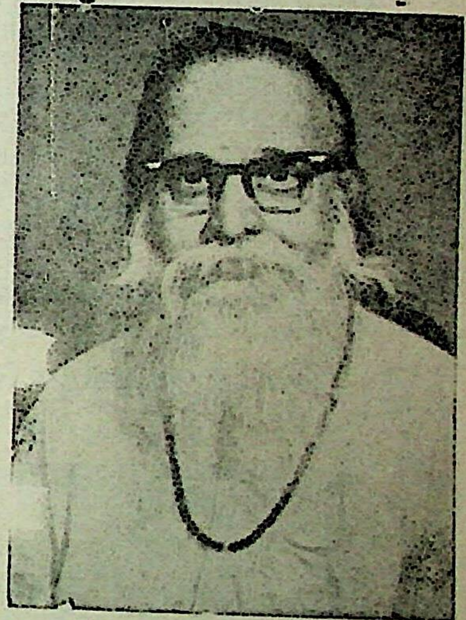


योगीराज वी० रंगाप्पाजी
निदेशक
योग एवम् एलाईड साइन्स—तिरूपति, देवस्थान
(तमिलनाडू)

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले
गुजरात के दो सिद्ध योगी



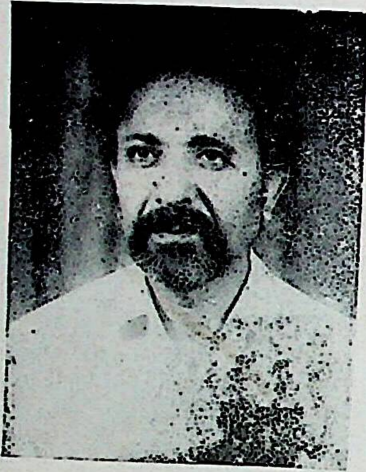
डण्डी स्वामी दत्तयोगेश्वर तीर्थ जी
सूरत (गुजरात)



योगीराज मनुवर्यजी योग साधनाश्रम
अहमदाबाद (गुजरात)

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेनें वाले

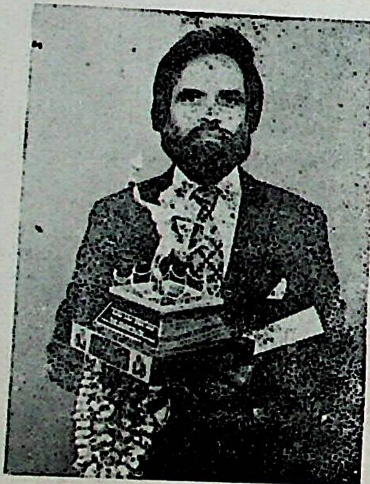
श्रेष्ठ योगी दम्पति :



डॉ० आर० आर० शर्मा *Phd.*
मोगा (पंजाब)
निदेशक—योग नेचरोपेथी हेल्थ रिसर्च सेंटर



योगिनी वीणा शर्मा
मोगा (पंजाब)



योगी राजकुमार चौधरी



योगिनी शान्ति चौधरी

जय योग सेन्टर एश्योशेशन बेंगलोर (कर्नाटक)

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाली

महान महिला योगिनियां



योगिनी सविता देवी
प्रधानाचार्य
आर्य कन्या गुरुकुल पोरबन्दर (गुजरात)



डॉ गीताशाह महन्त
आयुर्वेदाचार्य
गीता मन्दिर बड़ोदा (गुजरात)



डॉ० मोहिनी सक्सेना M. A. Phd.
भारतीय योग अनुसंधान केन्द्र
भोपाल (मध्य प्रदेश)



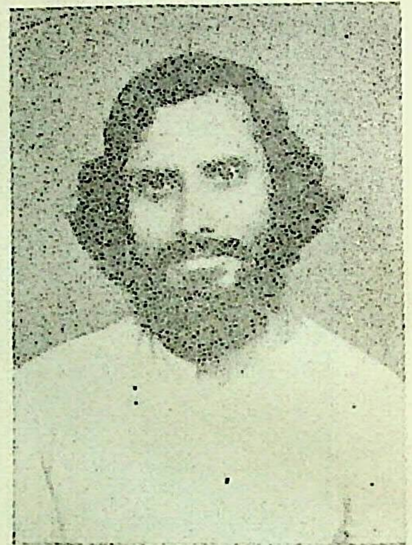
डा० रीता भल्ला M. A. Phd.
शिमला (हिमाचल प्रदेश)

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले

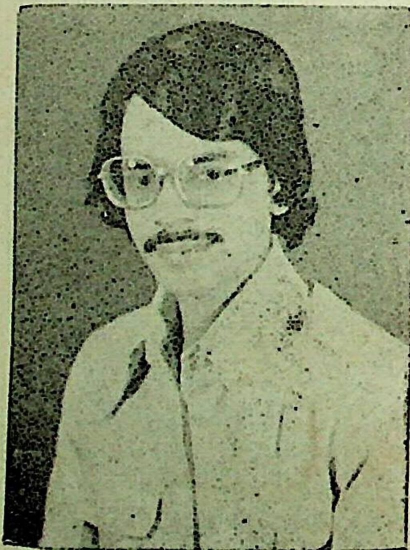
बनारस के चार कर्मवीर योगी



योगी — डा० केसरी नारायण जी सेक्रेटरी
आल इण्डिया योग सोसायटी
वाराणसी



योगाचार्य — मिठाईलाल सोनकर जनरल सेक्रेटरी
उत्तर प्रदेश योग एसोसियेशन
वाराणसी

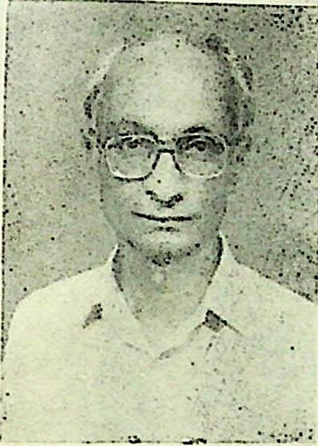


डा० सजीवन शर्मा
स्वामी करपात्री योग विज्ञान संस्थान
वाराणसी

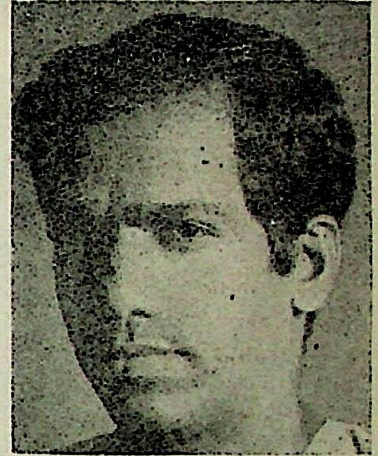


योगी
राकेश जो

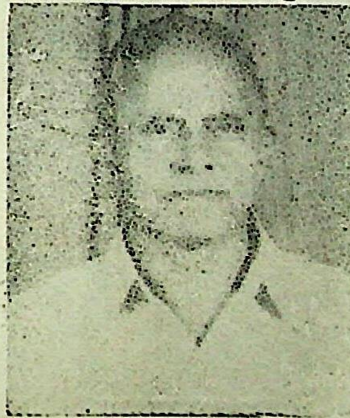
विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले
महाराष्ट्र के पांच योग विशेषज्ञ



योगी एस. वी. व्यवहारे जी



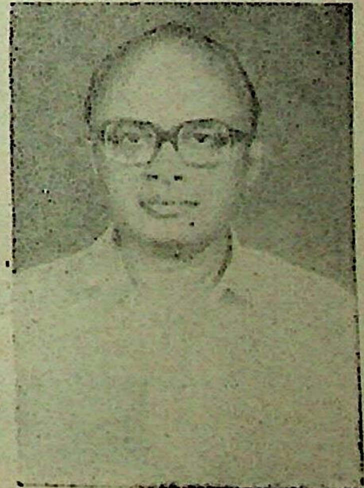
योगाचार्य डॉ. लेयोरेबेलो



योगाचार्य का. वा. सहस्त्रबुद्धे



योगीराज रा. आ. घाटगे



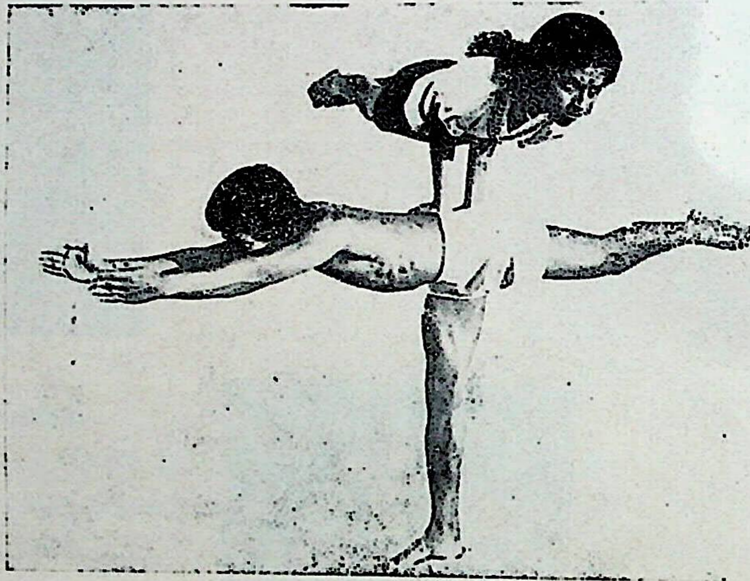
योगी कन्हैयालाल

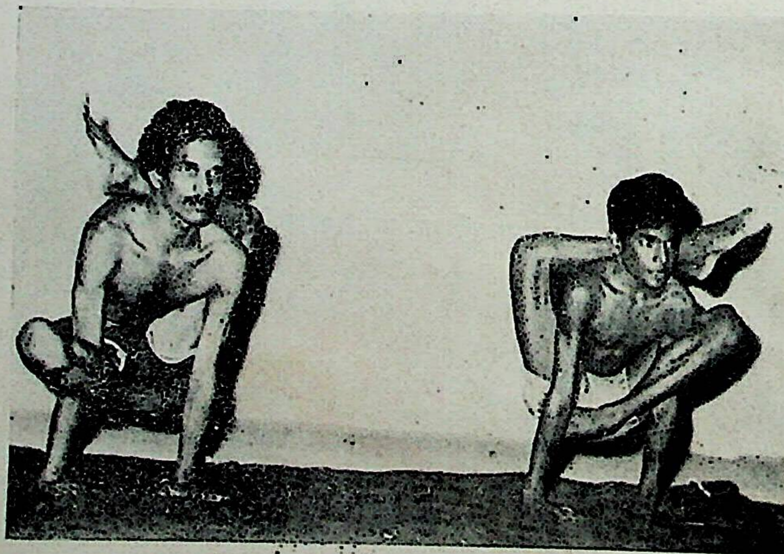
विश्व योग सम्मेलन में

केरल योग प्रमोशन कौंसिल, कोचीन,

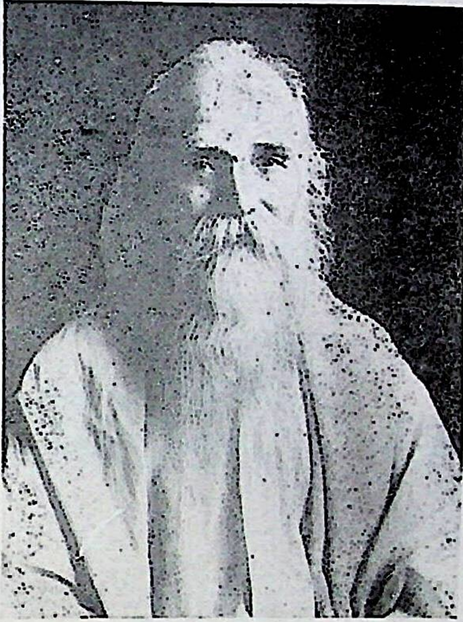
के साधक भाई, बहिन शानदार कार्यक्रम देंगे

उसके कुछ दृश्य।

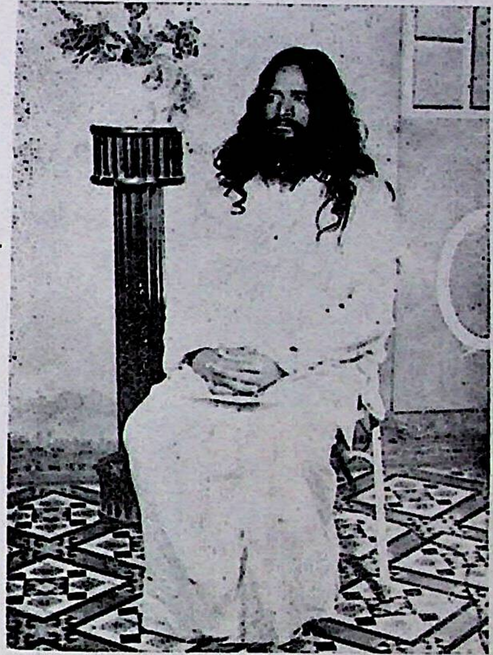




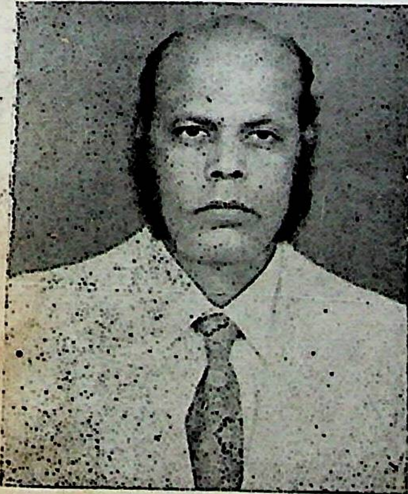
विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले
योग मनिषी



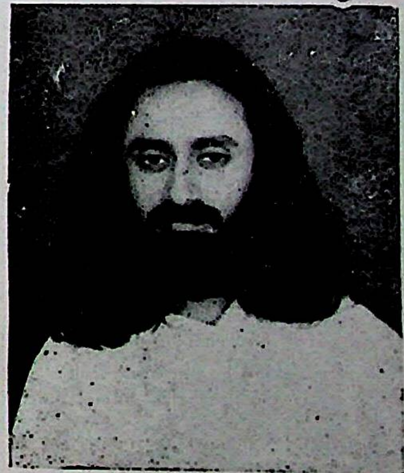
Yogiraj Vethathiri Ji
Madras



Swami Devanand ji President
Sivanand Math. Gauhati (Assam)



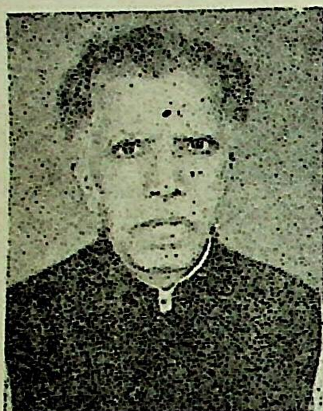
Prof. T. Desiraju
Department of National Institute
of Mental Health
Neurosciences (Bengalore)



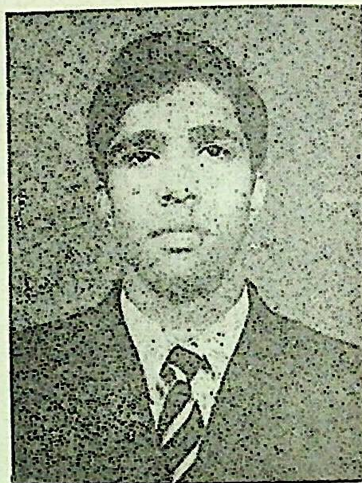
Pandit Ravi Sanker
Chairman
Ved Vignan Mahavidyapeeth

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले

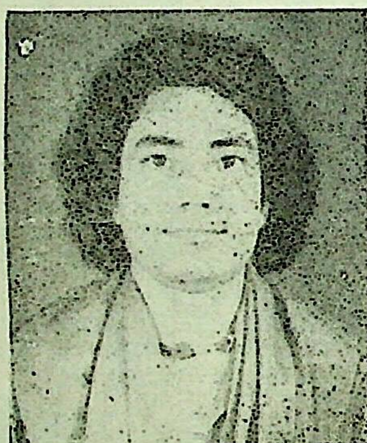
दिल्ली के प्रसिद्ध योगी



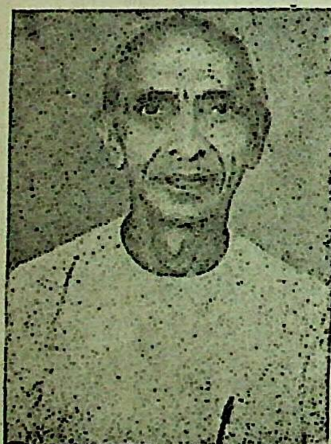
योगी
सरदारीलाल सहगल



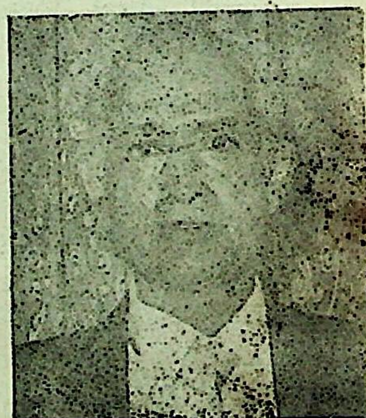
योगी
गोपाल जी



योगाचार्य
विद्यानन्द जी

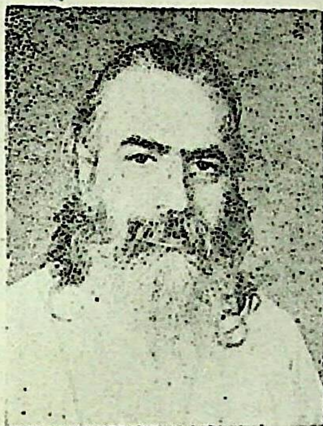


योगी
महेन्द्र जी

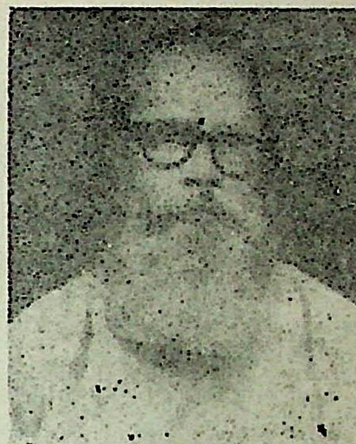


योगी
के० के० महता

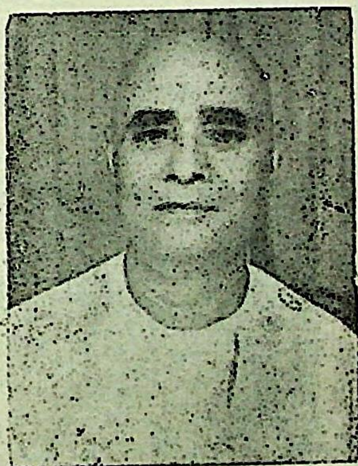
विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले
देश विदेश के महान् योग मनिषी प्रचारक



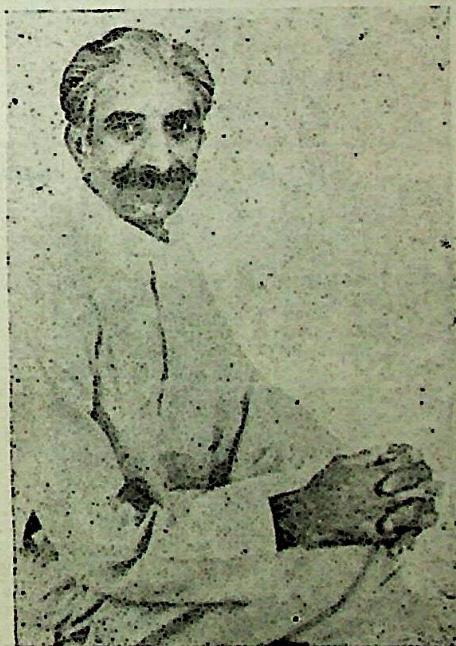
योगीराज
स्वामी दीक्षानन्द जी



योगीराज
आर्य मुनिजी महाराज



स्वामी दिव्यानन्द जी
मोरिशस



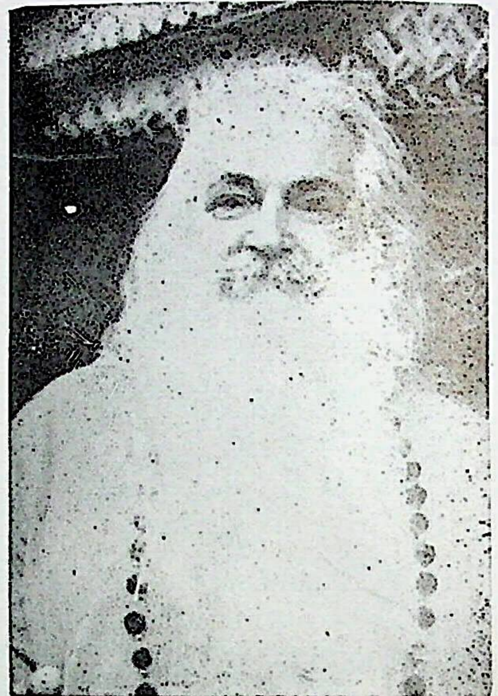
Yogiraj
Inder Nath, London

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले

पांडचेरी के प्रसिद्ध योगी दम्पत्ति



योगिनी
मीनाक्षीदेवी

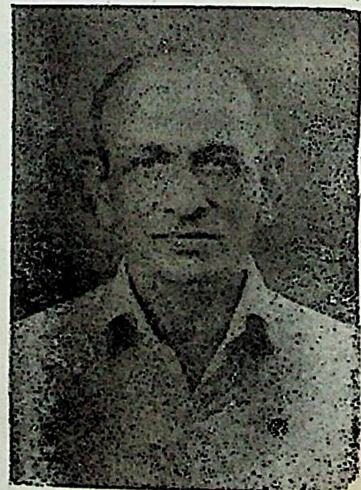


योगऋषि
डा० गीतानन्द

दक्षिण भारत के दो अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त योगी



योगीराज
स्वामी वरुणानन्द जी



योगाचार्य
उच्युत मेनन

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले

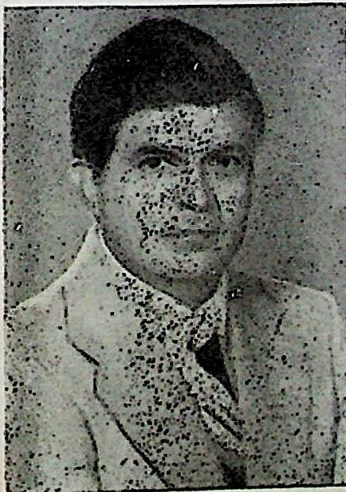
हमारे सम्माननीय योग के विद्वान



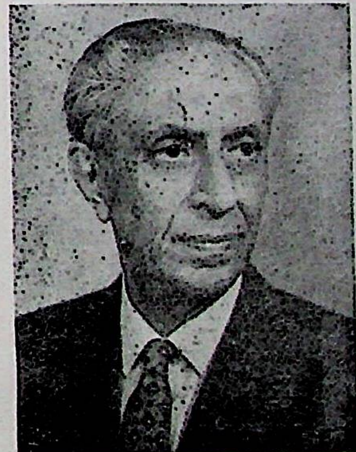
Dr. Kalidas Joshi
Head of the Department
of yogic studies
Saugar University (M.P.)



Dr. R. C. Gupta
Hon. Director of yoga Studies
Himachal
University, Simla

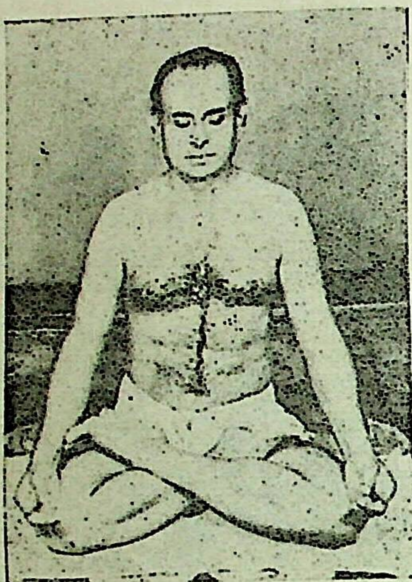


Dr. Man Mohn Kapoor
Professor of Surgery All-India
Institute of Medical Sciences.
New Delhi

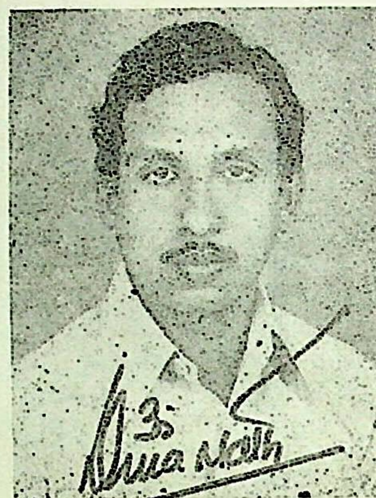


Dr. J. M. Jussawalla
Bombay

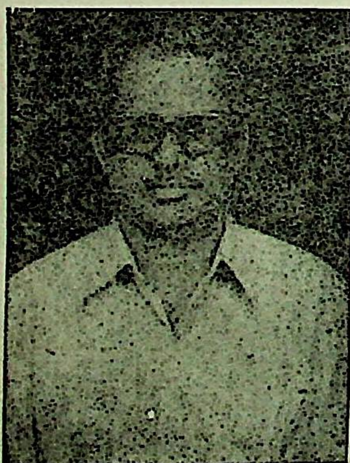
विश्व योग सम्मेलन में अपने ग्रुप के साथ भाग लेने वाले प्रसिद्ध योगी



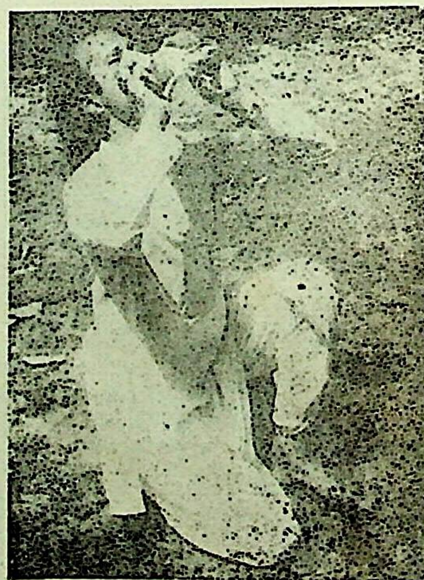
योगाचार्य
के एम. गांगोली
अध्यक्ष —योग साधना केन्द्र
भोपाल (म० प्र०)



योगाचार्य
डॉ. दीनानाथ राय
अध्यक्ष—कुण्डलनि योग रिसर्च ई०
लखनऊ



योगाचार्य
कल्याणसुन्दरम
अध्यक्ष—योगासनालय (मद्रास)



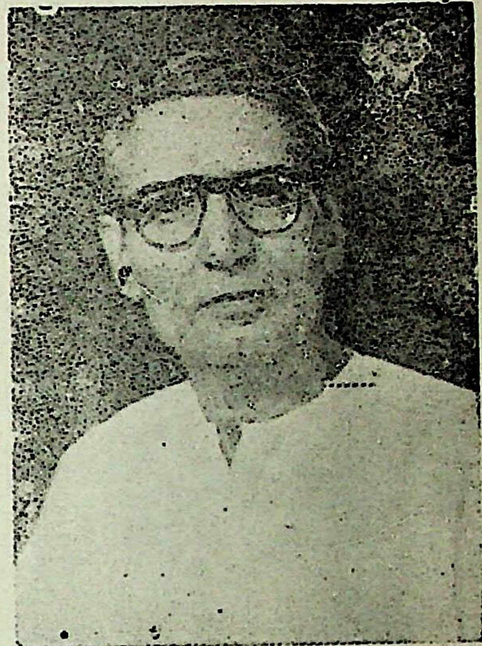
योगी
शेषपाल जी
(दिल्ली)

विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाले

योग के प्रसिद्ध जानकार विद्वान



मनिषी
श्री दयानन्द वर्मा
दिल्ली



पद्म श्री डॉ. सत्यव्रत जी
सिद्धान्तालंकार
भू. पू. कुलपति गुरुकुल कांगड़ी
वि. वि. हरिद्वार



डो. आर. एस. सूरी
निदेशक योग प्रसार
समिति, दिल्ली



डॉ. जगदीशचन्द्र जोहर
सम्पादक
स्वस्थ जीवन

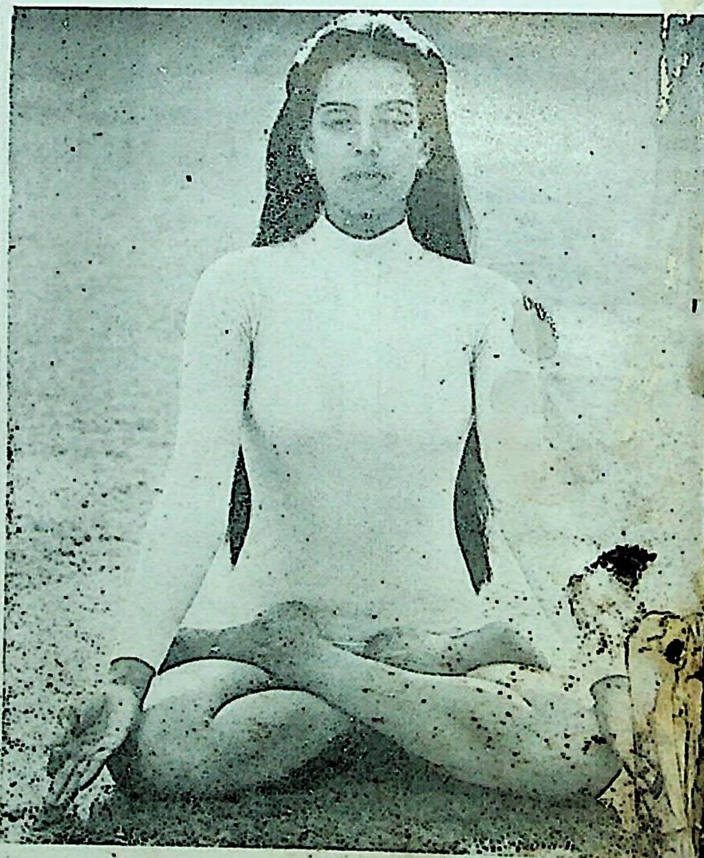
विश्व योग सम्मेलन में भाग लेने वाली

दो तपस्विनी देवियां

जिनका योग के क्षेत्र में सम्मान है।



योगिनी माता
सुशीला सूरी



योगिनी
वीणा देवी M.A.

विश्व योग सम्मेलन नई दिल्ली

स्थान—खेलग्राम - नई दिल्ली ११००४९



हमारे राष्ट्रपति
महामहिम ज्ञानी जैलसिंह जी
वज्रासन की मुद्रा में प्रभु प्रार्थना करते हुए।



स्वागताध्यक्ष—डा० कर्णसिंह जी
M. A. Ph. D.
अध्यक्ष, विराट हिन्दू समाज

विश्व योग सम्मेलन नई दिल्ली

स्थान—खेलग्राम - नई दिल्ली ११००४९

कार्यक्रम

दिनांक २९ दिसम्बर १९८६

७.०० से ८.००—ध्यान, प्राणायाम, आसन।
८.०० से ९.००— यज्ञ, भजन, कीर्तन। ब्रह्म— ब्रह्मऋषि दीक्षानन्द जी
९.०० से ९.३०—नाश्ता।
९.३० से १०.३०—योग सम्बन्धी पुस्तकों, चित्रों आदि की प्रदर्शनी का उद्घाटन।
१०.३० से १२.३०—"विश्व योग सम्मेलन" का उद्घाटन महामहिम राष्ट्रपति जैलसिंह जी करेंगे।
१२.३० से १.३०—दोपहर का भोजन तथा यौगिक क्रियाओं का प्रदर्शन।

"योग और विश्व-शान्ति" सम्मेलन

१-३० से ३-०० बजे तक

योगऋषि स्वामी श्याम
(चैयरमैन) इन्टर नेशनल श्याम ध्यान केन्द्र कुल्लू (हि०प्र०)

२. स्वामी मनुवर्य जी—
(अध्यक्ष, योग साधना आश्रम, अहमदाबाद) गुजरात

३. महात्मा आर्य भिक्षु जी—
(अध्यक्ष, आर्य वानप्रस्थाश्रम, ज्वालापुर) उत्तर प्रदेश

४. स्वामी वरुणानन्द जी,
(चेयरमैन, ओम फाउन्डेशन, वरुणानन्दाश्रम, होसूर) कर्नाटक

५. डा० आर० आर० शर्मा—
(निदेशक, नेचुरोपैथी हैल्थ रिसर्च हास्पिटल, मोगा) पंजाब

६. योगाचार्य एस० बी० व्यवहारे—
(चेयरमैन, मित्र मण्डल, बम्बई, महाराष्ट्र)

७. योगीराज इन्द्रनाथ जी—
(अध्यक्ष—पातञ्जल योग केन्द्र, लंदन)

८. योगीराज डी० पी० अच्युतन—
(निदेशक—योग कल्चर व रिसर्च सैन्टर, कैलिकट)

९. योगाचार्य के० एम० गांगुली—
चेयरमैन—(योग साधना केन्द्र, भोपाल (मध्य प्रदेश)

१०. योगाचार्य राम अवतार शर्मा—
निदेशक—(रामकृष्ण विवेकानन्द योगाश्रम सोसाइटी, अलीगढ़ (यू० पी०)

११. महर्षि वेधाथिरी जी महाराज—
चेयरमैन—(सिम्प्लाफाइड कुण्डलिनो योग सेन्टर, मद्रास (तमिलनाडू)

१२. पण्डित रविशंकर जी—
चेयरमैन—वेद विज्ञान विद्यालय, बंगलोर (कर्नाटक)।

१३. प्रिंसिपल एच० कुमार कौल—
(एस० डी० कालिज, बरनाला (पंजाब)

१४. योगीराज ए० राजमनिक्कम—!
निदेशक—(पोस लाइफ मिशन, कोयम्बतूर (तमिलनाडू)

१५. स्वामी देवानन्द जी—
अध्यक्ष—(शिवानन्द मठ व योगाश्रम संघ, गुहाटी (आसाम)

१६. डा० एन० रमन नायर—

१७. स्वामी योगानन्द जी—
अध्यक्ष—(योग साधना केन्द्र, (इटली)

१८. स्वामी विद्यानन्द जी—
संचालक—कायाकल्प सैन्टर, मौर्य शैरेटन (नई दिल्ली)

१९. स्वामी दिव्यानन्द जी—
(आर्य सभा, पोर्ट लूईस (मौरिशस)

२०. मनीषी दयानन्द वर्मा—!
निदेशक—(माइन्ड एवं बोडी रिसर्च सैन्टर (नई दिल्ली)

"योग और चिकित्सा पद्धति" सम्मेलन

३-०० से ४-३० बजे तक—

१. स्वामी डा० गीतानन्द जी महाराज—
अध्यक्ष—आनन्दाश्रम, (पांडुचेरी).

२. स्वामी ऋतिजानन्द जी—
चेयरमैन—(पटना योग विद्यालय, पटना (बिहार)

३. योगीराज वी० रंगप्पा—
निदेशक—(श्री विश्वेश्वर रिसर्च इन्स्टीट्यूट, तिरूपति (तमिलनाडू)

४. डा० दीनानाथ राय—
निदेशक—(कुण्डलिनी योग रिसर्च इन्स्टीट्यूट, लखनऊ (उत्तर प्रदेश)

५. डा० जी० डी० शर्मा—
सैक्रेटरी—(हिमाचल योग प्रचार संघ, शिमला (हिमाचल प्रदेश)

६. डा० एम० वी० दिवाकर—
प्रोफेसर व मैडिसन विभागाध्यक्ष, बम्बई (महाराष्ट्र)

७. योगाचार्य के० बी० सहस्त्रबुधे—

८. डा० चांद प्रकाश मेहरा—
सैक्रेटरी—(इन्टरनेशनल योग एवं तन्त्र सैन्टर (नई दिल्ली)

९. डा० मूलराज आनन्द—
चेयरमैन—(नेचुरल हैल्थ रिसर्च फाउन्डेशन (नई दिल्ली)

१०. मेजर के० के० महता—
अध्यक्ष—(योग व थैरेपी सैन्टर, (नई दिल्ली)

११. श्री निरेन सिन्हा—
निदेशक—(योग सेन्टर, सीरमपुर (प० बंगाल)

१२. डा० वरुण दत्त नेगी—
अध्यक्ष—(नेगी योग क्लिनिक एण्ड रिसर्च सेंटर, कलकत्ता (प० बंगाल)

१३. डा० कुमार पाल—
निदेशक—(योग इन्टरनेशनल इन्स्टीट्यट, (नई दिल्ली)

४.३० से ५.००—जलपान।

५.०० से —सांस्कृतिक कार्यक्रम।

दिनांक ३० दिसम्बर, १९८६

७.०० से ८.००—ध्यान, प्राणायाम, आसन।

८.०० से ९.००—यज्ञ, भजन, कीर्तन। ब्रह्म—ब्रह्मऋषि दीक्षानन्द जी

९.०० से ९.३०—नाश्ता।

"योग-विश्वविद्यालय तथा पाठ्यक्रम" सम्मेलन

१. योगी भक्तिनाथ जी—
(इन्टर नेशनल श्याम ध्यान केन्द्र कुल्लू (हि० प्र०)

२. डा० कालिदास जोशी—
योगविभागाध्यक्ष— (सागर यूनिवर्सिटी, सागर (मध्यप्रदेश)

३. महायोगिनी राज्यलक्ष्मी देवी—
प्रधानाचार्या—(श्री विश्वेश्वर रिसर्च इन्स्टीट्यूट, देवस्थानम, तिरुपति (तमिलनाड़)

४. डा० आर० सी० गुप्ता—
निदेशक—(योग विभागाध्यक्ष, हिमाचल प्रदेश यूनिवर्सिटी, शिमला (हिमाचल प्रदेश)

५. प्रोफेसर टी० आर० अनन्तरमन—
अध्यक्ष—इण्डियन एकेडमी आफ योग, बनारस हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी (उत्तर प्रदेश)

६. श्री गणेश शंकर जी—
योग विभाग—(सागर यूनिवर्सिटी, सागर (मध्य प्रदेश)

७. डा० केशरी नारायण जी—
जनरल सेक्रेटरी—(आल इण्डिया योग सोसाइटी, वाराणसी (उत्तर प्रदेश)

८. डा० ब्रह्ममित्र अवस्थी—
सम्पादक—(योग पत्रिका दिल्ली ५१)

९. डा० नरेश कुमार जी—
उपनिदेशक—(सेंटर काउन्सिल आफ रिसर्च इन योग एण्ड नैचुरोपैथी (नई दिल्ली)

"योग और विभिन्न सम्प्रदायों की एकता" सम्मेलन

१. योग ऋषि चन्द्रमोहन जी महाराज—
सिद्ध गुफा सवाई (आगरा)

२. स्वामी दीक्षानन्द जी—
अध्यक्ष—(समर्पण शोध संस्थान, साहिबाबाद, गाजियाबाद (उत्तर प्रदेश)

३. स्वामी सच्चिदानन्द योगी—
अध्यक्ष—(पातंजल योगाश्रम, ज्वालापुर (उत्तर प्रदेश)

४. मुनि श्री महेन्द्र कुमार जी—
अध्यात्म साधना केन्द्र, छत्तरपुर (नई देहली)

५. महन्त विष्णुदास जी महाराज—
राम जी मन्दिर, इटोला (गुजरात)

६. महन्त अवैद्यनाथ जी—
गोरखनाथ पीठाधीश्वर, गोरखपुर (उत्तर प्रदेश)

७. मुनि श्री नगराज जी—
अध्यक्ष—(मुनि श्री नगराज स्पिरिच्यूवल सेंटर, (नई दिल्ली)

८. प्रोफेसर एस० सी० भटनागर—
(अमेरिका)

९. डा० रिबेरियो रिबैली—
बम्बई, (महाराष्ट्र)

१०. डिसूजा—

(कोचीन)

११. डा० आर० पी० पाण्डे —

इन्टरनेशनल योग टीचर एण्ड चिकित्सक, बिलासपुर (मध्यप्रदेश)

१२. योग डा० गोस्वामी गिरधारी लाल—

जनरल सैक्रेटरी—(अखिल भारतीय सनातन धर्म सभा, (नई देहली)

१३. योगीराज दिव्यानन्द सरस्वती—

निदेशक—(पातञ्जल योगधाम, ज्वालापुर (उत्तर प्रदेश)

१४. योगीराज हरि भगत सच्चिदानन्द—

अध्यक्ष—(योग विज्ञान भवन, गीता मन्दिर, (जम्मू व काश्मीर)

१५. डा० मोहम्मद खाँ दुर्रानी—

उप-निदेशक—(राष्ट्रीय संस्कृत, संस्थान, (नई दिल्ली)

१.०० से २.००—भोजन (योग सम्बन्धी क्रियाओं का प्रदर्शन)।

"योग और महिलाएं" सम्मेलन

१. योगिनी इन्दु जी—

अध्यक्षा—(आई एण्ड आई इन्स्टीट्यूशंस, (नई देहली)

२. योगिनी सविता मेहता—

प्रधानाचार्या—(आर्य कन्या गुरुकुल, पोरबन्दर (गुजरात)

३. योगिनी डा० उमा देवी—

व्यवस्थापिका—(सिद्ध गुफा, सवाई, आगरा (उत्तर प्रदेश)

४. योगिनी डा० गीता शाह—

महन्त गीता मन्दिर, बड़ोदा (गुजरात)

५. डा० मोहिनी सक्सेना—

इण्डियन योग रिसर्च इन्सटीट्यूट, भोपाल (मध्य प्रदेश)

६. योगिनी मीनाक्षी देवी—

व्यवस्थापिका—(आनन्द योगाश्रम, (पाण्डिचेरी)

७. डा० रीता भल्ला—

शिमला (हिमाचल प्रदेश)

८. कुमारी भारती—

अलीगढ़ मुस्लिम यूनिवर्सिटी, अलीगढ़ (उत्तर प्रदेश)

९. योगिनी मा वारुणि—

व्यवस्थापिका—(ओम फाउन्डेशन वरुणानन्द आश्रम होसूर, (कर्नाटक)

१०. माता शान्ति देवी अग्निहोत्री—

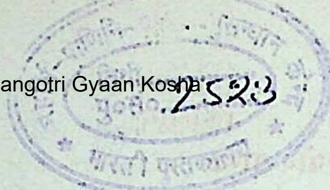
व्यवस्थापिका—(प्रयाग निकेतन यज्ञ कुटीर, (देहली)।

११. योगिनी सुसन करवन जी—

३.०० से ४.३०—समापन प्रोग्राम।

४.३० से ५.००—जलपान।

५.०० से —सांस्कृतिक प्रोग्राम तथा प्रमाण-पत्र वितरण कार्यक्रम।



World Yoga Conference New Delhi

Venue - Asiad Village New Delhi-110049

PROGRAMME

29th December, 1986

7-00-8-00 a.m. Meditation, Pranayama & Asanas.

8-00-9-00 a.m. Yajna, Prayers, Kirtana. Brahma—Brahmarshi Dikshanand Ji.

9-00-9-30 a.m. Breakfast

9-30-10-30 a.m. Inauguration of—"Exhibition of books & Pictures on Yoga."

10-30-12-30 a.m. *Inauguration of WORLD YOGA CONFERENCE.*

12-30-1-30 p.m. Lunch (Demonstration of yogic kriyas).

Yoga & World Peace Conference

1.30 to 3.00 p.m.

1 **Yoga Rishi Swami Shayam**
International Shyam Dhayan centre Kulu (H.P.)

2. **Swami Manuvirya Ji,**
Chairman, Yoga Sadhana Ashram, Ahmedabad (Gujrat)

3. **Mahatma Arya Bhikshu Ji,**
Chairman, Arya Vanprastha Ashram, Jwalapur (Uttar Pradesh)

4. **Swami Varunanand Ji,**
Chairman, Aum Foundation, Varunanand Ashram Hossur, (Karnataka)

5. **Dr. R. R. Sharma**
Director, Naturopathy Health Research Hospital, Moga (Panjab)

6. **Yogacharya S.B. Vyavhare**
Chairman, Mitra Mandal, Bombay (Maharastra)

7. **Yogiraj Inder Nath Ji**
Chairman, Patanjala Yoga Kendra, (London)

8. **Yogiraj Dr. P. Achyutan**
Director, Yoga Culture and Research Centre (Calicut)

9. **Yogacarya K. M. Gangulya**
   Chairman, Yoga Sadhna Kendra, Bhopal (Madhya Pradesh)
10. **Yogacharya Ram Avtar Sharma**
    Director, Ramkrishna Vivekanand Yogashram Society Aligarh (Uttar Pradesh)
11. **Maharishi Vethathiri Ji Maharaj**
    Chairman, Simplified Kundalini Yoga Centre, Madras (Tamilnadu)
12. **Pandit Ravi Shanker Ji.**
    Chairman, Ved Vigyan Vidyalaya, Bangalore (Karnataka)
13. **Principal H. Kumar Kaul**
    S. D. College, Barnala (Panjab)
14. **Yogiraj A. Rajamaniekkam**
    Director, Peace Life Mission Coimbatore
15. **Swami Devanand Ji**
    President, Sivanand Math and Yogashram Sangh, Gauhati (Assam)
16. **Dr. N. Raman Nair**
17. **Swami Yoganand Ji**
    President, Yoga Sadhana Kandra, (Italy)
18. **Swami Vidyanand Ji**
    Incharge, Kayakalpa Centre, Maurya Sharaton, (New Delhi)
19. **Swami Divyanand Ji**
    Arya Sabha, Port Louis, Mauritius
20. **Minishi Dayanand Verma**
    Director, Mind and body Research Centre, New Delhi

Yoga and Therapies Conference

3.00—4,00 p.m.

1. **Swami Dr. Gitanand Ji Maharaj**
   Chairman, Anand Ashram, Pondicherry
2. **Swami Dr. Ritijanand Ji**
   Bhairman, Patna Yoga Vidyalaya, Patna (Bihar)
3. **Yogiraj V. Rangappa**
   Director, Shri Vishweshwas Research Institute, Tirupati (Tamilnadu)
4. **Dr. Dinanath Rai**
   Director. Kundalini Yogi Research Institute, Lucknow (Uttar Pradesh)
5. **Dr. G.D Sharma**
   Secretary, Himachal Yoga Prachar Sangh, Simla (Himachal Pradesh)

6. **Prof, Dr. M.V. Divekar**
   Head of the Department of Medicine, Bombay (Maharastra)
7. **Yogacarya K.B. Sahasrabuddhe**
8. **Dr. Chand Prakash Mehra**
   Secretary, International Yoga & Tantra Centre, New Delhi
9. **Dr. Mool Raj Anand**
   Chairman, Natural Health Research Foundation, New Delhi.
10. **Major K.K. Mehta**
    President, Ynga and Therapy Centre, New Delhi
11. **Shri Naren Sinha**
    Director, Yoga, Centre, Serampore (West Bengal)
12. **Dr. Varuna Dutt Neogi**
    President, Neogi Yoga Clinic and Research Centre, Calcutta (West Bengal)
13. **Dr. Kumar Pal**
    Director, Yoga International Institute, New Delhi

4-30-5-00 p.m. Refreshment.

5-00 Cultural Programme.



30th December, 1986

7-00-8 00 a.m. Meditation, Pranayama & Asanas.

8-00-9-00 a.m. Yajna, Prayer, Kirtana. Brahma—Brahmarshi Dikshanand Ji

9-00-9-30 a.m. Breakfast.

Yoga University and Courses

1. **Dr. Bhakti Nath Ji**
   Shyam Dhayan Kender Kullu, (H.P.)
2. **Dr. Kalidas Joshi**
   Head of the Department of Yogic Studies, Sagar University Sagar (M.P)
3. **Mahayogini Rajya Lakshmi Devi**
   Principal, Shri Visweshwara Research Institute, Devasthanam Tirupat (Tamilnadu)
4. **Dr. R.C. Gupta**
   Director, Head of the Department of Yogic Studies University of Himachal Pradesh Simla (Himachal Pradesh)

